

TRE HÖGARS PARK

FRÅN IDÉER OCH ÖNSKEMÅL TILL GESTALTNINGSFÖRSLAG
UR ETT HÄLSOFRÄMJANDE PERSPEKTIV



Sofia Hjertqvist

Handledare: Ulrika Stigsdotter
Examinator: Patrik Grahn
Vt-06

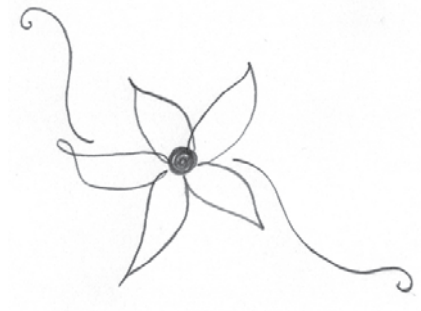
Institutionen för Landskapsplanering
Alnarp SLU

FÖRORD

Examensarbetet är mitt sista moment i landskapsarkitektutbildningen på Sveriges lantbruksuniversitet och behandlar utemiljön i Tre Högars park i Lund.

Jag valde att arbeta med detta projekt då jag under mitt sista utbildningsår har inriktat mig mot kompetensområdet Hälsa och rekreation på SLU Alnarp, och eftersom jag finner det intressant med gestaltning av miljöer utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. Arbetet med Tre Högars park har bland annat gjort att jag kunnat fördjupa mig i diskussioner kring hälsa och hälsofrämjande faktorer såsom naturen, den fysiska aktiviteten, närmiljön och den sociala samvaron mellan människor.

Jag vill rikta ett stort Tack till projektgruppen, med ledning av Hans Gottmark, som har låtit mig ta del av sina verksamheter på ett generöst sätt, landskapsarkitekterna Svante Törnvall och Lena Gerdtsen på Lunds kommun som har försett mig med underlagsmaterial såsom kartor, information om parken etc. Tack även till alla ni andra som deltagit i min enkätundersökning, utan er hade mitt arbete inte kunnat genomföras på det här sättet.



SAMMANFATTNING

I Tre Högars park i stadsdelen Linero i östra Lund ska det göras en stor satsning på idrott, motion, friskvård, rekreation och rehabilitering. En projektgrupp med representanter i Linero IF, Lugi Tennisförening och Vårdcentralen i Linero/Östra Torn, står bakom projektet. Visionerna för området är stora, idrottsverksamheter såväl inomhus som utomhus ska utvecklas och ett rehabiliteringscentrum/ "livsstilcentrum" ska skapas. Tre Högars park ska omvandlas till en motions/hälsopark. Förutom projektgruppen är bland andra Kultur & Fritid, Stadsbyggnadskontoret, Park- och naturkontoret, Skolförvaltningen, idrottsföreningar i området, Handikappades idrottsförening, LKF och dess hyresgäster m fl. inblandade, och idéerna och önskemålen kring parken är således många. För att få hjälp med utformningen av parken kontaktade projektgruppen SLU Alnarp, som i sin tur kontaktade mig.

Syftet med mitt examensarbete är att, utifrån platsens förutsättningar och inblandade parter önskemål, och med inspiration i litteratur och forskning, göra ett hälsofrämjande gestaltungsförslag av Tre Högars park.

Metoden är inventering, enkätundersökning och kunskaps- och inspirationskällor såsom litteratur, ett seminarium, intervjuer och ett studiebesök. I gestaltungsprocessen spelar problemlösning genom skissning en stor roll.

Resultatet av arbetet visar att Tre Högars park, i många avseenden, erbjuder idealiska förhållanden för hälsofrämjande verksamheter med sin natursköna omgivning och befintliga resurser i form av idrottshall, skola mm. Men för att parken ska bli attraktiv och locka människor behöver parken bli trygg, tillgänglig och kunna erbjuda en variation av platser.

För att parken ska upplevas som tryggare har stora delar av vegetationen tagits bort, främst utmed gång- och cykelvägarna och kring speciella aktivitetsytor. Områdena runt Vikingahallen och lekplatsen har tillgängliggjorts för alla genom att marken har planats ut och underlag som asfalt, gummiasfalt och hårt packat grus och stenmjöl har använts. Inte mindre än tio nya anläggningar/planer för idrott har kommit till. Dessa är utspridda i parken och erbjuder besökaren möjligheter till olika sorters bollspel, konditions-, motions- och styrketräning. För social samvaro finns, förutom idrottsanläggningarna, en rad olika mötes- och samlingsplatser. I anslutning till dessa finns goda sittmöjligheter, grillplatser, kafé, damm, blomplanteringar mm. Vill man ha avkoppling och vara för sig själv finns avskilda rum och gångstråk som erbjuder fina

naturupplevelser. Mitt förslag är baserat på såväl mina egna analyser av parken som på enkätundersökningen, litteraturen och på konkret fakta jag fått under arbets gång.

Mina slutsatser är att landskapsarkitekten har en otroligt betydelsefull uppgift i att skapa attraktiva och hälsofrämjande miljöer och att problemlösarprocessen är en viktig del av gestaltningen. Det har varit lärorikt och intressant att jobba med ett verkligt projekt och jag hoppas att projektgruppen kommer att ha glädje av mitt examensarbete i sitt fortsatta arbete med Tre Högars park.

SUMMARY

There are plenty of exciting changes being developed in Tre Högar's Park, which is located in the district of Linero, eastern Lund. A project group representing Linero If, Lugi Tennis and Linero/Östra Torn Health centre, has been created and is responsible for managing a development project of the Park. Their main focus is to create sports, exercise, health-promotion, health-care, recreation and rehabilitation facilities. They view the park area as having great potential and will transform it into a purpose built park for Health and Exercise. There are various authorities involved with and engaged in the scheme; aside from the project group, the municipality of Lund, The sport association of the handicapped and local schools are being consulted.

The purpose of my degree project is to create one design proposal for Tre Högar's Park. It will be based on an inventory of the park, on the wishes and requirements of all the involved parties and will take into consideration of all other aspects that affect the design as well as appropriate literature and research.

My method will include an inventory of the park, a questionnaire investigation, sources of knowledge and inspiration such as literature, a seminar, interviews and a study visit. During the design process, sketching has been essential in order to solve various problems.

The results of the project show that Tre Högar's Park in many ways offers ideal conditions for health-promoting activities because of its beautiful surroundings and already existing resource facilities. However, in order to attract people the park must present a variation of places - all with a high security and availability.

In order to get a higher security, large parts of the vegetation have been felled along the walks and around places for activities. The area around Vikingahallen and the playground have become flat and available for everyone. There are a lot of new places for physical activities and social fellowships in the park. You can do different sports and exercises and meet people in the café, for a barbecue, at the pond etc. There are also places and walks for private get-aways. My proposal is based on my own analyses of the park, the questionnaire investigation, literature and concrete facts that I have received during the project.

However, my conclusions are that a landscape architect has an incredibly important task in creating an attractive and health-promoting environment and that the process of dealing with problems plays a vital part in the actual design. It has been instructive and interesting

to work with a real project and I hope that my efforts can be of mayor benefit to the project group in their future work with Tre Högar's Park.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING.....7

- Bakgrund 7
- Syfte 8
- Mål och problemformulering 8
- Metod 8
- Avgränsningar och begreppsförklaring 9

Illustrationsplan Tre Högars park, nuläget 10

LINERO OCH TRE HÖGARS PARK.....11

- Lineros historia 11
- Linerogården och namnet Linero 11
- Stadens utbredning och hur Linerogården revs 11
- 1980 och framåt 11
- Linero idag 12

LITTERATURSTUDIE.....13

- Hälsa och hälsofrämjande perspektiv 13
- Folkhälsomål i Sverige 13
- Utomhuspedagogik 13
- Naturens betydelse för hälsan 14
- De åtta parkkaraktärerna 15
- Fysisk aktivitet och hälsa 15
- Närmiljön och hälsa 16
- Spontanidrott och näridrottsplatser 16
- Handslaget och andra ekonomiska medel 16
- Näridrottsplats – ett exempel 17
- Social gemenskap och hälsa 17
- Universal Design 17
- Bygglagsstiftning 18

RESULTAT.....19

Inventering och analys av Tre Högars park 19

- Lineroträdgården 19
- Parkstråket och runda rummet i norr 19
- Blomstergården 19
- Gång- och cykelstråket 19
- Lekplatsen 19
- Lek- och vistelseytorna 19
- Sluttningen 19
- Stora öppna rummet 20
- Mellanrummen/gläntorna 20
- Gamla byggleken 20
- Kolonilotterna 21
- Hundrastgården 21
- Idrottsplanerna 21

Enkätundersökningen 21

- Sammanfattning av de vanligaste svaren 21
- Platser för fysisk aktivitet 21
- Sociala platser och platser för återhämtning 22
- En tryggare park 22

Ökad tillgänglighet 22
Skillnader mellan olika yrkeskategoriers svar 23
Hur parken används idag 24
Hur parken kan förändras 24

Mitt gestaltungsförslag 25

Parkens form och övergripande tankar i designen 25
Vegetationen 26

Illustrationsplan Tre Högars park, förslag 27

Gång- och cykelvägarna 28
Tillgänglighet, orienterbarhet och trygghet 28
Stadsdelslekplatsen 28
Gamla Lineroträdgården 29
Utsiktsplatsen 30
Botaniska trädgården 30
Stora aktivitetsytan 31
Frisbeegolfbanan 31
Konstgräsplanen 32
Beachvolleyplanen 32
Friidrottsbanan och den befintliga fotbollsplanen 32
Motionsspåret 33
Hinderbanan, klätterväggen och träningsredskapen 33
Vikingahallen 33
Kolonilotterna och hundrastgården 33

DISKUSSION.....34

REFERENSLISTA.....37

BILAGA

Enkäten och enkätsvaren

INLEDNING

Bakgrund

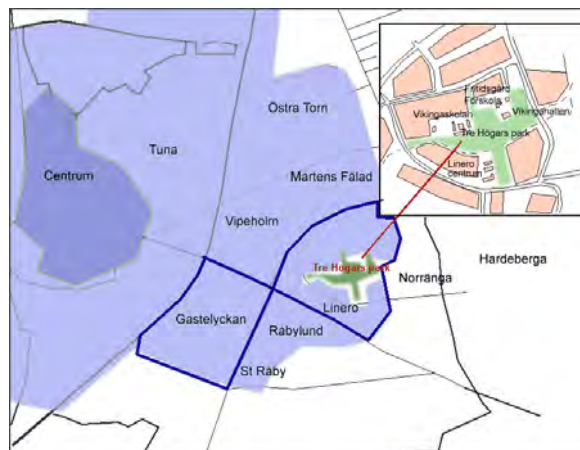
En stor satsning på idrott, motion, friskvård, rekreation och rehabilitering ska göras i Tre Högars park i stadsdelen Linero i östra Lund. Initiativtagare till projektet är Linero IF, Lugi Tennisförening samt Vårdcentralen i Linero/Östra Torn. Visionerna för området är stora, idrottsverksamheter såväl inomhus som utomhus ska utvecklas och ett rehabiliteringscentrum/“livsstilcentrum” ska skapas. Tre Högars park ska omvandlas till en motions/hälsopark; *en park som är attraktiv för kropp och själ, en park som främjar såväl organiserad som spontan fysisk aktivitet i människors närmiljö, en park som uppmuntrar till möten mellan människor, en plats där olika sorters människor kan få utlopp för kreativitet, livslust och vila, en plats med människans hälsa i fokus, där ohälsa förebyggs och hälsa bibehålls.* (Lugi Tennisförening 2004, Gottmark, pers. medd. 2005)

Förutom projektgruppen är bland andra Kultur & Fritid, Stadsbyggnadskontoret, Park- och naturkontoret, Skolförvaltningen, idrottsföreningar i området, Handikappades idrottsförening, LKF och dess hyresgäster m fl. inblandade i projektet och idéerna och önskemålen kring parken är således många. Ungdomar, barn, vuxna, pensionärer, handikappade, patienter, skolelever, boende, studenter och anställda ska alla kunna använda och uppleva sin stadsdelspark. Frågan är hur man utformar parken på bästa sätt för att så många människor som möjligt ska bli nöjda och bibehålla sin hälsa? För att få hjälp med utformningen av parken kontaktade projektgruppen SLU Alnarp, som i sin tur kontaktade mig. (Gottmark, pers. medd. 2005)

Jag har valt att arbeta med det här projektet då jag under mitt sista utbildningsår har inriktat mig mot kompetensområdet Hälsa och rekreation på Alnarp SLU, och eftersom jag finner det intressant med gestaltning av miljöer utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. I och med arbetet vill jag fördjupa mig ännu mer i diskussioner kring hälsa och hälsofrämjande faktorer såsom naturen, den fysiska aktiviteten, närmiljön och den sociala samvaron mellan människor. Jag tror på idén att behandla människan som en helhet där kropp och själ hänger ihop och jag tror att både motion och natur är bra ingredienser i en sådan behandling. Det finns många platser där sjuka människor rehabiliteras men inte många miljöer som bygger på att friska människor ska bibehålla sin hälsa. Jag vill att Tre Högars park ska bli en sådan miljö.

Östra Lund består av stadsdelarna Östra Torn, Mårtens Fälad och Linero. Från centrala Lund till dessa är det ca

3 km. I Linero, som är beläget längst söderut, kom det mesta av bebyggelsen till på 1960- och 70-talen, en del även på 80-talet. I norra Linero finns småhus och radhus, i söder finns ett av Lunds större flerbostadsområden med stadskaraktär. Vad som gör bebyggelsen speciell är att den är belägen på en sluttning. I Tre Högars park är nivåskillnaden från högsta till lägsta punkt ca 30 meter, vilket skapar otroliga utblickar och vyer över landskapet. Detta har en stor betydelse för stadsdelens kvalitet. (Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen 2005, del B)



Östra Lund och Tre Högars park. Det blåa strecket är stadsdelsgränsen för Linero. Illustration: Sofia Hjertqvist

Tillgången till parkmark är god i Linero, alla 4801 invånare (2002-12-31) har tillgång till 115 m² parkmark vardera och alla har en park eller ett grönområde av en storlek av 1 ha, inom 300 meters avstånd från hemmet. Det är höga siffror om man jämför med hela Lund. Tre Högars park är en stadsdelspark som utgör stora delar av parkmarken i Linero. Parken är ca 13 ha stor, från öster till väster är det ca 800 m och från norr till söder ca 650 m. I anslutning till Tre Högars park finns ett mindre stadsdelscentrum med handel (Linero centrum), kafé, vårdcentral och kyrka, Vikingaskolan, fritidslokaler, tennishall, idrottsplaner och förskolor. Parken blir därför ett kommunikationsstråk mellan olika punkter, man passerar ofta parken på väg till affären eller skolan men man stannar inte lika ofta upp i den och gör någonting. Vad som karaktäriserar parken idag är stora öppna gräsytor och täta dungar av växtlighet där avenbok dominerar. Överallt i parken finns tydliga rumsbildningar. (Sonesson 2000, Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen 2005, del A och B)



Linero och Tre Högars park sett från ovan. Flygfoto, orto 2004; Lantmäteriverket. Bilden är återgiven med tillstånd från Lena Gerdsson, Stadsbyggnadskontoret i Lund.

Syfte

Syftet med mitt examensarbete är att, utifrån platsens förutsättningar och inblandade parter, önskemål, och med inspiration i litteratur och forskning, göra ett hälsofrämjande gestaltungsförslag av Tre Högars park.

Mål och problemformulering

Ett av målen med mitt arbete är att få utökade kunskaper avseende gestaltning av en park utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. Jag vill finna kunskap och inspiration i litteratur i ämnet miljöpsykologi och särskilt knyta an gestaltningen till forskningen kring de åtta parkkaraktärerna som bedrivs på SLU Alnarp. Forskningsresultat visar att parker kan delas in i åtta baskaraktärer och ju fler sådana karaktärer en park innehåller desto populärare är den för olika typer av användare. Jag vill se vilka karaktärer som skulle kunna tillämpas i Tre Högars park. Jag vill även fördjupa mina kunskaper om hur den fysiska aktiviteten och närmiljön påverkar människors hälsa, och hur man utifrån begreppet "Universal Design" kan skapa en park som är tillgänglig och användbar för alla människor. (Berggren-Bärring & Grahn 1995)

Ett annat mål är att få insikt i hur det är att som landskapsarkitekt stå mellan olika professioner i samhället och hur jag kan hitta min roll i processen. Genom att belysa frågor som rör parken rent praktiskt/tekniskt lär jag mig om hur det kan fungera i ett verkligt projekt. Exempel på frågor som projektgruppen vill ha svar på är: *Går det att anlägga en damm? Hur kan den gamla Lineroträdgården omformas till en botanisk park samtidigt som den berättar något om sin historia? Vilka gångstigar behålls och vilka nyanläggs? Vilka träd och buskar blir kvar/försvinner? Var lägger man bäst en amfiteater i slutningarna? Hur kan man integrera den befintliga stenläggningen i parken? Finns det liknande projekt i andra delar av världen, hur fungerar i så fall dem? Vilka förändringar i parken går att genomföra*

rent ekonomiskt? Vad kan driften komma att kosta? (Gottmark, pers. medd. 2005)

Eftersom projektet än så länge är i ett tidigt stadium vill jag avgränsa mig till att göra ett övergripande gestaltungsförslag där parkens olika platser och anläggningar presenteras och beskrivs i stora drag och inte i detalj. Jag kommer att pröva olika alternativ och se vad de får för konsekvenser. Jag kommer att redogöra för processen från idéer och önskemål till förslag, en lång process av inventering, analyser, problemlösning, diskussioner, skissande och att hela tiden inkludera projektets inblandade i processen. Tanken är att hälsoprojektet ska bli verklighet inom ramen av några år och att projektgruppen ska kunna dra nytta av mitt examensarbete, och kanske kunna använda det eller de förslag jag kommer fram till i sitt fortsatta arbete med Tre Högars park.

Metod

Jag har gjort en grundlig inventering av parken för att se vilka förutsättningar som finns där. Till hjälp har jag haft existerande kartor och en kamera. Som en introduktion till projektet träffade jag i samband med mitt inventeringsbesök en del personer som deltar i min undersökning. Detta var korta möten/intervjuer för att få en inblick i hur nuläget kring Tre Högars park ser ut.

Jag har skickat ut en enkät med ett antal frågor till olika inblandade i projektet. Personerna, som företräder sig själva och/eller representerar en förening eller förvaltning, har jag valt ut tillsammans med Hans Gottmark, ledare för projektet. Jag har valt att vända mig till människor som sitter i någon form av förening, styrelse eller liknande och som direkt eller indirekt har med parken att göra. Undersökningen inkluderar inte boende i området även om det kan vara så att någon av de tillfrågade faktiskt bor där. Enkäten, som totalt består av 11 frågor, skickades ut via e-post och alla personer fick svara på samma frågor. Fråga 1-5 är inledande frågor som handlar om huruvida personen i fråga använder parken själv eller inte. Detta är av intresse eftersom ett privat brukande av parken kan påverka hur personerna svarar på resten av frågorna. Fråga 6-11 är övriga frågor som kretsar kring hur parken upplevs idag, vilka förväntningar man har på parken i framtiden, folkhälsa, trygghet och tillgänglighet. Samtliga frågor är öppna dvs. de saknar fasta svarsalternativ. Detta kan enligt Jan Trost, författare av *Enkätboken*, orsaka problem, sammanställningen av svaren kan bli tidsödande och risken att folk svarar dåligt eller inte alls kan bli stor. Jag har försökt kringgå problemen genom att ha begränsat antalet svaranden (23 stycken) så att sammanställningen och tolkningen av data blir överkomlig, och istället för att de svarande skickar in sina svar diskuterar jag svaren med dem via telefon. Jag

har genom en skriftlig sammanställning dokumenterat deras olika önskemål om parken och dess utformning. (Trost 2001)

Jag har sökt kunskap i litteratur, främst inom forskning kring naturens, den fysiska aktivitetens, närmiljöns och den sociala närvarons inverkan på människors hälsa, samt kring begreppet "Universal Design". För att få idéer och inspiration har jag även varit och tittat på näridrottsplatsen Backa Röd i Göteborg samt varit på ett seminarium om hälsa med Bunkeflomodellens grundare Per Gärdsell.

All information som jag samlat på mig har jag analyserat, tolkat och tillämpat vid gestaltningen av parken. Problemlösning genom skissning har utgjort en stor och viktig del i gestaltungsprocessen. Olika lösningar har tagits fram och vägts mot varandra. Jag har diskuterat de olika alternativen med projektgruppen och utifrån detta har jag tagit fram ett övergripande gestaltungs-förslag.

Avgränsningar och begreppsförklaring

Jag har som jag nämnde tidigare valt att avgränsa mig till att göra ett övergripande gestaltungs-förslag där parkens olika platser och anläggningar presenteras och beskrivs i stora drag och inte i detalj. För att kunna hålla arbetet inom tidsramen 20 veckor (under läsåret 2005-2006) har jag även fått avgränsa mig tematiskt och geografiskt vid gestaltningen av parken. Den tematiska avgränsningen för arbetet har varit att "skapa en motions/hälsopark som ska vara trygg och säker samt tillgänglig och användbar för alla, en miljö där konceptet är att bibehålla människors hälsa". Den geografiska avgränsningen för parken är Linerovägen i norr, Vikingavägen i söder och väster samt slättlandskapet i öster.

För att mitt arbete ska kunna läsas och begripas av många olika människor, och inte bara personer som arbetar inom samma bransch som jag, behöver en del begrepp redas ut och förklaras. Nedan förklaras olika begrepp kortfattat för att klargöras mer ingående längre fram i uppsatsen.

Hälsa kan definieras på många sätt. Enligt WHO: s definition (1946) är hälsa "ett tillstånd av fullständig fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte bara frånvaro av sjukdom och svaghet". Fler definitioner beskrivs i avsnittet *Litteraturstudie*, under rubriken "Hälsa och hälsofrämjande perspektiv". Med *hälsopark* menas en park likt den som beskrivs under rubriken "Bakgrund" ovan. (Gottmark, pers. medd. 2005)

Tillgänglighet syftar inte bara till fysisk tillgänglighet (att alla människor ska kunna ta sig fram och komma åt i miljön) utan även till informativ, kommunikativ och psykosocial tillgänglighet. Att miljö ska vara *användbar* innebär att man ska kunna vistas i den och använda den till det den är avsedd för. Begreppen tillgänglighet och användbarhet förklaras ytterligare i avsnittet *Litteraturstudie*, under rubriken "Universal Design".

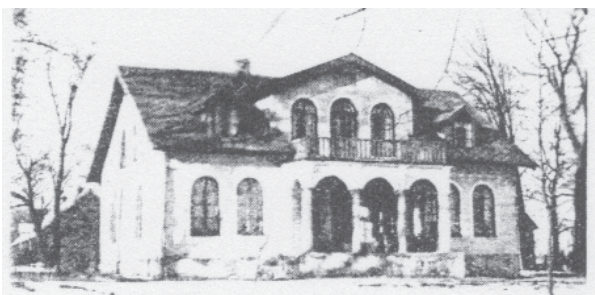
En *näridrottsplats* är tänkt att stimulera till fysisk aktivitet och att ge enkla förutsättningar till detta i människors närmiljö (nära egna bostaden). Näridrottsplatsen ska kunna användas till många olika aktiviteter och vara öppen för alla under hela året. Detta beskrivs vidare i avsnittet *Litteraturstudie* under rubriken "Spontanidrott och näridrottsplatser". (Centrum för utvärderingsforskning UCER 2005, Rantzows Sport 2005)

Bunkeflomodellen (AB Hälsa+Kunskap), startat av läkaren Per Gärdsell, går ut på att stödja en ny livsstil i skolor, på företag och hos alla individer i samhället. Genom att identifiera arenor för hälsofrämjande arbete möjliggörs vardaglig fysisk aktivitet. Idrottsrörelser, skolor och företag stimuleras att aktivt arbeta med hälsofrågor. Per Gärdsell och andra i Bunkeflomodellen håller ofta föreläsningar, seminarier och utbildningar i detta. Jag deltog i november 2005 i Göteborg på ett sådant seminarium. (Gärdsell pers. medd. 2005)

LINERO OCH TRE HÖGARS PARK

Lineros historia

Många anser att det var i Linero och Tre Högar som staden Lund bildades omkring år 990. Här korsade några viktiga landsvägar varandra och här lär Knut den store ha anlagt staden med namnet "Lundona". Linero är en gammal kulturbygd och under vikingatiden (800-1050) var här tingsplats, kultplats och marknadsplats, Tre högars marknad ägde rum vart tredje år och var välbesökt. Hur namnet Tre Högar har uppkommit råder det delade meningar om, många tror att det kommer efter de tre bronsåldershögar som länge låg på platsen och som symboliserar Oden, Tor och Frigga, men en kvinna som en gång arbetade på den gamla Linerogården menar att högen inte är något annat än en jordhög som hon var med och skapade när de grävde efter vatten. Ändå in på 1500-talet hölls det vårmarknad här och så sent som tidigt 1800-tal fanns de tre kullarna markerade på kartor. Den enda kulle som idag finns kvar är belägen invid det som fram tills 1980 var gården Linero, en vackert uppförd byggnad, färdigställd 1869. (Angel pers. medd. 2005, Economou & Jörgensen 1999, Projektet "Linero förr och nu" 1989)



Linerogården. Bilden är återgiven med tillstånd från Margareta Wickström, föreståndare för Lundasamlingen i Lund.

Linerogården och namnet Linero

Arkitekten bakom byggnaden är Helgo Zettervall, och gårdens förste ägare var domprosten H. M Melin, vars hustru Carolina har skänkt huset, och även stadsdelen, dess namn. En stenskylt, som på den här tiden prydde Linerogården, finns bevarad än idag. Förutom stenskylden är det enda som påminner om den gamla gården ett nyplanterat vådräd som ersatt de två gamla vådräden som förr stod här (det ena föll på 1960-70 talen och det andra blåste ner för 8 år sedan). I parken, som anlades 1862, ingick både köksträdgård och prydnadsträdgård. Efter paret Melin kom Linerogården att användas som lantställe för ekonomiprofessor Knut Wicksell och hans hustru Anna, och senare för ungdomar som under somrarna intog huset där de snickrade, skötte trädgården, dansade mm. (Angel pers. medd. 2005, Economou & Jörgensen 1999, Sjöblad 1980)



Den gamla stentavlan. Foto: Matz Jörgensen. Bilden är återgiven med tillstånd från Michael Economou.

Stadens utbredning och hur Linerogården revs

På 1960-talet byggdes det hyreshus, villor och radhus för ca 6000 människor i Linero och omkring 1970 kunde de flytta in. Parken, gården och kullens topp skulle man bevara och använda för gemensamma aktiviteter. 1971 blev gården till fritidshus och under de följande åren var gården och parken ett levande centrum där man odlade fruktträd, grönsaker och blommor samt skötte djur såsom höns, kaniner och getter. Den vackra utsikten gav människor ro och njutning. Men huset underhölls dåligt och 1979 fick fritidsgården lägga ner sin verksamhet. En förening bildades för att skydda huset och parken, man ville köpa gården av kommunen och starta upp en ny fritidsgård. Men istället för att sälja beslutade kommunen att huset skulle rivas. Lineroborna gick i strid och en gång lyckades barn och föräldrar tillsammans stoppa grävskopan, men så den 2 maj 1980 revs gården på bara några minuter. "Ett svek mot Linero", ansåg många. (Projektet "Linero förr och nu" 1989, Sjöblad 1980, VPK Lund 1987)

1980 och framåt

Trots att Linerogården rivits kom det under 1980- och 90 talen, att pågå många aktiviteter i parken. En fritidsförening ordnade bl a midsommarfester, friluftsgudstjänster, tipsrundor, allsångskvällar och utflykter, och samarbetet mellan olika föreningar i området var under den här tiden mycket framgångsrikt. Under åren 1998-2001 ingick parken i ett parkförnyelseprojekt, huvudsakligen för att öka de ekologiska värdena. Man utförde gallringar av avenbok för att gynna andra trädslag och för att kunna anlägga ett fältskikt av vårblomande örter. Man avlägsnade buskar runt träd för att få fram vackra stammar som står direkt i gräset, och på flera gräsytor sådde man in ängsfröer. Torrängar och en kalkäng anlades på de platser där de tidigare legat en plaskdamm och bygglek. (Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen 2005, del B, VPK Lund 1987)

Linero idag

Idag har stadsdelen Linero en negativ klang, parken är tom på människor och det är svårt att förstå att det en gång varit liv och rörelse här. Trots de gallringar som förnyelseprojektet förde med sig (ca 25-75 % av träd- och buskbestånden togs bort) upplever människor parken för tätbevuxen och otrygg idag. Det skulle behöva gallras ännu mer, bl a för att öka kontakten med bebyggelsen. För att locka människor måste parken bli attraktivare och det måste finnas bättre möjligheter till olika aktiviteter och evenemang i parken. Dessutom behöver man ta tillvara på de kvaliteter som finns här. Gravhögen och den gamla Lineroträdgården klassas idag som grönt kulturmiljövärde respektive område med högt ekologiskt värde, och detta är något som man måste ta hänsyn till vid förvaltning och skötsel av parken. För att öka kunskapen och förståelsen för värdena bör man informera människor om platsen. (Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen 2005, del A, Törnvall pers. medd. 2005)

remsan kommer att försvinna, 4000-5000 m² beräknas gå åt till det nya bygget. (Bergström pers. medd. 2005, Gerdtsen, pers. medd. 2005)



Planer på utbyggnader av Lund österut. Illustration: Sofia Hjertqvist

Det finns planer på att bygga nya bostäder, skolor, parker mm öster om Linero. Tre Högars park kommer fortfarande att vara den största parken i öster och, som en följd av utbyggnaderna, kommer kraven på parken som en väl fungerande stadsdelspark att öka. Parken kommer att bli en viktig grön länk mellan Lunds centrala delar och de nya områdena. Fortsätter man österut på landsbygden når man Hardeberga och Skrylle. I den senare finns en motionsanläggning i lantlig miljö och man vill att Tre Högars park ska knytas ihop med denna genom ett gång- och cykelstråk i grön miljö. Dessutom föregår i nuläget en diskussion om en utbyggnad av Linero centrum. Ett förslag på att bygga en större matbutik i södra delen av Tre Högars park har tagits fram av stadsbyggnadskontoret. Butiken är tänkt att bli en uppsamlingsbutik för hela området och på toppen av byggnaden planeras ett äldreboende. Planerna har ännu inte lagts fram för allmänheten och inget är säkert. Skulle de genomföras innebär det dock att hela södra park-

LITTERATURSTUDIE

Hälsa och hälsofrämjande perspektiv

Hippokrates sa år 400 f.kr. att *“det är visserligen berömvärt att hjälpa de sjuka att bli friska, men lika berömvärt att hjälpa de friska att bevara sin hälsa.”* I dagens samhälle satsas det mycket på sjukvård, att göra sjuka personer friska, och på hälsovård, att förebygga och förhindra ohälsa. Hippokrates ord sätter fingret på något som idag är ett problem, att vi människor hela tiden utgår från sjuka människor. Vad vi måste göra är att vända på allting och börja utgå från de friska, vi måste börja tänka hälsa. Vilka är faktorerna som bidrar till god hälsa och hur kan vi förstärka dem för att bibehålla hälsan? Innan vi kan besvara dessa frågor måste vi veta vad som egentligen menas med hälsa. (Gärdsell pers. medd. 2005)

Det finns många definitioner av hälsa. Enligt WHO: s definition (1946) är hälsa *“ett tillstånd av fullständig fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte bara frånvaro av sjukdom och svaghet”*. Enligt Nordenfeldt (1991) och Antonovsky (1987) är hälsa *“att ha tillräckligt med resurser för att må bra, klara av sin vardag och kunna förverkliga sina personliga mål”*. Läkaren och grundaren av Bunkeflomodellen, Per Gärdsell, menar att för att finna hälsa måste man först och främst respektera sig själv. Man behöver ha en känsla av sammanhang, känna att man är någon och betyder något. Sen skapas hälsa och välbefinnande även av ens närmiljö, ens sociala nätverk och ens livsstil. Gärdsell påpekar att vi människor har tre behov; *att leva av något* (mat, tak över huvudet), *att leva med någon* (andra människor, att vara någon för någon) och *att leva för något* (längtan, nyfikenhet, mening med livet). För att kunna bibehålla en god hälsa behöver alla dessa behov tillfredsställas. (Gärdsell pers. medd. 2005)

Sen får man heller inte glömma att olika människor definierar hälsa på olika sätt beroende av hur gammal, ung, frisk eller sjuk man är. För vissa är den idrottsliga aktiviteten lika med god hälsa medan andra ser promenaden, naturen och den friska luften som hälsofrämjande.

Begreppen *friskvård, hälsopromotion* och arbete utifrån ett *salutogent perspektiv* innebär samtliga att man, till skillnad från sjukvård, utgår från de friska. Hälsopromotion *“handlar om den process som möjliggör för individer, organisationer och samhällen att öka kontrollen över faktorer som påverkar hälsan och därigenom förbättra den”*. Utifrån detta menas att det hälsofrämjande arbetet ska skapa stödjande miljöer och andra yttre förutsättningar för människors liv och verksamhet. Det hälsofrämjande arbetet ska också bedrivas genom aktiviteter som riktas direkt mot

individer och grupper. (Nordisk forskningskonferens 1998)

En person som har jobbat mycket med salutogena perspektivet är Aaron Antonovsky, professor i medicinsk sociologi. Istället för att fråga sig varför människor blir sjuka vänder Antonovsky på frågan och undrar hur det kommer sig att så många människor som utsätts för tillvarons alla påfrestningar ändå förblir friska. Antonovsky anser att motståndskraften beror på vår känsla av sammanhang, dvs. i vilken utsträckning vi upplever tillvaron som meningsfull, begriplig och hanterbar. Detta kan mätas med ett testinstrument som kallas KASAM, känsla av sammanhang. (Antonovsky 1991)

Folkhälsomål i Sverige

Det övergripande målet för folkhälsoarbetet är att skapa förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Sveriges riksdag och regering har beslutat via folkhälsopropositionen 2002/03:35 att folkhälsoarbetet ska verkställas. Nationella Folkhälsokommittén har, i slutbetänkandet SOU 2 000:91, angivit 6 riktlinjer och 18 hälsopolitiska mål för en samhällsutveckling som syftar till att stärka folkhälsan. I takt med att andelen långtidssjukskrivna ökat i Sverige de senaste åren har kommittén alltmer uppmärksammat kopplingen mellan naturen och människans hälsa. Man anser att trädgårdar, parker och natur är bra för människan, något som också ger samhällsekonomiska konsekvenser. I riktlinje nr 4, *“Skapa en god fysisk miljö”* står det att naturen och rekreationsmiljöer har en viktig inverkan på människors möjligheter till återhämtning. I hälsopolitiska målet nr 6, *“Tillgängliga grönområden för rekreation”*, står det om vikten av möjlighet till återhämtning genom vila och rekreation. För att folkhälsoarbetet ska vara samlat krävs det insatser inom flera politiska områden och av flera aktörer i samhället. Elva målområden, beslutade av riksdagen, visar hur verksamheter inom kommuner, landsting, frivilligorganisationer mm kan införas i arbetet för att nå det övergripande målet. Folkhälsokommitténs mål och riktlinjer integreras i fler olika målområden. Det hälsopolitiska målet nr 6 *“Tillgängliga grönområden för rekreation”* återfinns i målområdena, nr 5 *“Sunda och säkra miljöer”* och nr 9 *“Ökad fysisk aktivitet”*. (Socialdepartementet 2000, Statens folkhälsoinstitut 2005)

Utomhuspedagogik

Utomhuspedagogikens idéer går i linje med folkhälsoarbetet. Denna typ av undervisning innebär ett lärande som är förflyttat till en miljö utanför klassrummet. Meningen är att utnyttja olika platser förutsättningar på bästa sätt och att lära med hela kroppen för att få en bättre minneshållning. Att lära i och av natur

och kultur ger nya upplevelser och möjligheter till meningsfulla kopplingar mellan verklighet och teori. Övningarna utomhus bygger ofta på samarbete elever emellan och att alla tar sitt ansvar. Att eleverna blir beroende av varandra och att elever och pedagoger delar upplevelser leder till en starkt gruppgemenskap. (Dahlgren & Szecepanski 1997)

Naturens betydelse för hälsan

Det finns många studier som visar att människor föredrar natur framför byggda miljöer. Inom miljöpsykologisk forskning finns det två framträdande modeller som förklarar de positiva effekterna av vistelse i natur. Den ena grundar sig på att koncentrationsförmågan förbättras av vistelse i återhämtande miljöer, den andra grundar sig på att stressen reduceras genom ett evolutionärt reflexmässigt svar på naturliga miljöer. (Grahn 1999, Ottosson & Grahn, 1998)



Naturen påverkar vår hälsa. Foto: Sofia Hjertqvist

Steven och Rachel Kaplan från USA menar att koncentrationsförmågan ökar genom vistelse i naturen. De anser att människan har två sorters koncentrationer, den riktade koncentrationen och den spontana uppmärksamheten (soft fascination). Framför datorn, vid problemlösning eller på en trafikerad gata, använder vi den riktade koncentrationen. Den är väldigt energikrävande och begränsad och överbelastar vi den tröttnar vi lätt ut. Den spontana uppmärksamheten kostar ingen energi och den använder vi när vi registrerar saker, t ex en prasslande buske eller något som rör sig i ögonvrån. I naturen får vi lagom mängd stimuli som mestadels hanteras av den spontana uppmärksamheten. Då får den riktade koncentrationen vila och återhämta sig, vi får en "vaken vila". På grund av naturens få stimuli kan vi slappna av och ladda om våra batterier så att vi orkar mer. För mycket intryck och för lite "vaken vila" kan leda till att våra energiförråd tar slut och vi bränner ut oss. (Grahn 1999, Ottosson & Grahn 1998)

Idag har ca 900 000 människor i arbetsför ålder sådan ohälsa att de inte orkar jobba. De viktigaste anledningarna till ökade sjukskrivningar är fler äldre i arbetskraften och upplevd ökad psykisk belastning på arbetsplatserna. För hög belastning under lång tid med lite tid till återhämtning är grundorsakerna till stressutlösta utmattningsreaktioner och utmattningsdepression. Studier visar att människors förmåga att återhämta sig från stress är större i natur- och grönområden än i byggda miljöer. Orsaken till detta tycks vara att naturen är mer kravlös och okomplicerad än vad t ex staden är. Naturen ger en känsla av välbefinnande som reducerar stress, stressnivåerna sjunker oftast inom några få minuter. Dessutom förmedlar naturen hopp och löften genom att erbjuda igenkännande erfarenheter, positiva och kraftfulla känslor och en känsla av kontakt med omvärlden. Natur, trädgårdar och parker har även potential att förbättra olika hälsoresultat, t ex minska oro och smärta hos patienter, förkorta sjukhusvistelser och sänka blodtryck. (Abramsson et al. 2003, Cooper Marcus et al. 1999, Gärdsell pers. medd. 2005, Kamp 1996)

Roger Ulrich står bakom en teori som menar att eftersom människan är anpassad för ett liv i naturen har naturen en positiv inverkan på människans stressnivå. Ulrich menar att vi undermedvetet känner om vi kan överleva i en miljö eller om den är onaturlig och då orsakar stress. I naturen känner vi att vår överlevnad är tryggad, vi vet att vi har tillflyktsorter och tillgång till mat och vatten. I onaturliga miljöer känner vi oss otrygga, vi kan inte lita på våra instinkter och blir stressade. (Ulrich 2002)

Searles teori rör krisdrabbade människor. Han menar att när man är i en kris orkar man inte med komplicerade relationer. Relationer till andra människor anser han vara de mest krävande och dessa förändras därför vid en kris. Vad man måste göra är att först söka sig till enklare relationer som t ex dem vi har med döda ting som stenar och vatten. Därefter kan vi gå till något mer komplicerade relationer som med växter och djur. Slutligen kan vi återuppta relationer med människor. (Grahn 1999)

Lunds tekniska högskola har bedrivit forskning i miljöpsykologi där man tittat på hälsoeffekter hos äldre som vistas utomhus. Exempel på positiva hälsoeffekter som uppnås för äldre av en aktiv utevistelse är: skelettet stärks, muskulatur och rörlighet bibehålls, övervikt motverkas, sömn förbättras, depression motverkas, stresstoleransen höjs, motståndskraften mot infektioner höjs, socialt liv främjas och ensamhet motverkas, akut hjärtåkomma motverkas. (Küller & Küller 1994)

Sedan 1980-talet har forskning om hur natur och parker påverkar människors livskvalitet och hälsa pågått på

SLU Alnarp. Bakom forskningen står kompetensområdet Hälsa och rekreation, under ledning av professor Patrik Grahn. Forskningen visar att rekreation i parker, trädgårdar och natur påverkar hälsan positivt och de positiva effekterna är störst för människor med nedsatt allmänfunktion, t ex äldre, sjuka eller handikappade. Studier av Patrik Grahn och Ulrika Stigsdotter visar att utformningen av städers utemiljö påverkar invånarnas hälsa. Ju oftare man använder sig av stadens grönområden desto mindre stressad upplever man sig vara. Rehabilitering i en "grön miljö" istället för i den traditionellt "vita" (sjukhus, sjukhem, i egna hemmet etc.) finns idag på flera håll i vårt land. Sedan 2002 har Alnarps rehabiliteringsträdgård erbjudit patienter, framförallt med diagnosen utmattningsdepression och/eller smärta i nacke och rygg, arbetslivsinriktad terapi. Rehabiliteringsträdgården är en försöksträdgård och ingår i ett stort forskningsprojekt. (Stigsdotter & Grahn 2002, Stigsdotter & Grahn 2003)

De åtta parkkaraktärerna

Vi människor kommunicerar hela tiden med världen omkring oss, inte bara med ord. Vår omgivning berättar för oss hur vi ska uppträda, instinktivt eller förutbestämt. Tidigare studier utförda av Patrik Grahn och Ann-Margreth Berggren-Bärring på Institutionen för Landskapsplanering, SLU Alnarp, visar att parker och trädgårdar byggs upp av olika karaktärer. Karaktärerna, sammanlagt åtta stycken, består av symboler som visar sig genom många olika sinnesförmågor via syn, hörsel, rörelse mm. Karaktärerna har visat sig ha en koppling till antalet besökare i en park. Ju fler karaktärer en park innehåller desto populärare är den, parken är då mångsidig och variationsrik och fungerar för olika typer av användare. (Grahn 1991, Berggren-Bärring & Grahn 1995, Hedfors & Grahn 1998)

De åtta parkkaraktärerna är:

Det vilda: Vild natur, gamla stigar och stenar. Växterna verkar självsådda.

Det rofyllda: Tystnad, stillhet, och trygghet. Ljud av vatten, vind, fåglar och insekter.

Det artrika: Mångfald av växter och djur.

Rymd: Stort, en helhet, som en annan värld.

Allmänningen: En stor, öppen, grön yta att vistas på.

Lustgården: En trygg avgränsad plats för att "bara vara" eller leka, experimentera.

Festen: En mötesplats för glädje och fest.

Kulturen: En historisk plats som erbjuder fascination över tidens gång.

Karaktärerna kommunicerar med parkens besökare och vissa är mer populära än andra. *Det rofyllda*, *Det artrika*, *Rymd* och i viss mån *Kulturen*, är de karaktärer som lockar många människor. Dessa är även de mest betydelsefulla för stressade och sårbara människor.

Allmänningen och *Lustgården* tilltalar dem som är mindre stressade och vill ha mer aktivitet, eller som vill titta på andra människors aktiviteter. *Festen* lockar vissa stressade personer men skrämmer andra. De flesta av karaktärerna fordrar naturliga områden med mycket vegetation som höga träd och många sorters växter. (Grahn 1991, Berggren-Bärring & Grahn 1995)

Fysisk aktivitet och hälsa

Det finns många motiv för fysisk aktivitet. Det man kanske först tänker på är fysiologiska, medicinska och hälsofrämjande motiv. Utebliven stimulans till fysisk aktivitet skapar, på sikt, stora folkhälsoproblem. Det finns idag vetenskapliga resultat av den allt mer omfattande fysiska inaktiviteten i Sverige. Man ser oroande tendenser som ökad fetma samt kraftigt försämrad kondition bland barn och ungdomar. Var fjärde svensk befinner sig i riskzonen och rör sig så lite att det kan medföra ohälsa och för tidig död. Förbättrad kondition minskar risken att dö i förtid med 65 %, det kan ingen medicin i världen göra. (Gärdsell pers. medd. 2005, Riksidrottsförbundet 2002)



Motion och fysisk aktivitet påverkar hälsan på ett positivt sätt.

Det finns också ekonomiska och sociala motiv för fysisk aktivitet. Fysisk aktivitet är en av de mest kostnads-effektiva insatserna inom folkhälsoarbetet eftersom det kan reducera sjukvårdskostnader och öka kapaciteten hos människor. Att motionera tillsammans med andra människor är ett bra sätt att umgås på. Samhörigheten i föreningar etc. motverkar människors isolering. Trots all den kunskap vi har om detta idag så stimulerar den moderna samhällsutvecklingen när det gäller såväl attityder och värderingar som fysisk planering knappast till fysisk aktivitet. Trappor markeras som nödutgångar, gräsmattor förses med skyltar med texten "får ej beträdas", och hälften av alla kommuner planerar att exploatera den gröna närmiljön. Mobiltelefonen, datorn

och TV:n bidrar ytterligare till det "ligg- och sitt-samhälle" vi lever i idag. (Gärdsell pers. medd. 2005, Riksidrottsförbundet 2002)

95 % av Sveriges befolkning vet att det är bra att röra på sig, men endast 30 % gör det verkligen. Bunkeflomodellens grundare Per Gärdsell menar att varför det är så svårt för människor att tillämpa kunskapen är för att det kräver en ändrad livsföring. Vi lever idag i ett mycket bekvämt samhälle och istället för att ändra på kosten och på våra motionsvanor äter vi mediciner. Genom att åka hiss och rulltrappa, ta bilen till jobbet osv. tar vi bort det som verkligen skapar hälsa, vardagsaktiviteten. Sen tror vi att vi gengäldar detta genom att gå på gymmet en dag i veckan. Problemet med att vi rör oss för lite är större än vad vi kanske tror. Veldig många sjukdomar är livsstilsrelaterade, t ex 75 % av alla cancersjukdomar. 10-åringar har idag åldersdiabetes. Aktiva äldre har 40 % mindre risk än inaktiva att utveckla demens. Fortsätter det så här kommer barnen som går i skolan idag att ha kortare livslängd än sina föräldrar. Att ändra på folks livsstilar är dock inte lätt, skillnaden mellan att var en hälsoengagerare och en hälsoterrorist är härfin. Det handlar därför om att locka människor på rätt sätt, att möjliggöra och erbjuda. Att det är roligt är den viktigaste drivkraften. Man ska inte börja med att försöka ändra en persons beteende, utan personens medvetande. (Gärdsell pers. medd. 2005)

Närmiljön och hälsa

I regeringens propositionen 2002/03:35, under Målområde 5 "Sunda och säkra miljöer och produkter", står det att det finns ett tydligt samband mellan människors användning av grönområden för rekreation och tillgången till en grön omgivning i det egna bostadsområdet. Har man natur- och grönområden nära sig använder man dem också. Studier har visat att människors vardagsmiljöer har stor påverkan på hälsan. Möjlighet till rekreation och återhämtning i grönområden påverkar människors förmåga att återhämta sig från stress. Funktionshindrade, äldre och barn är särskilt beroende av att dessa miljöer finns i närheten av det egna hemmet. (Socialdepartementet 2002)

Spontanidrott och näridrottsplatser

Dagens barn får allt mindre utrymme för lek och fysisk aktivitet. Spontanidrotten har nästan försvunnit i våra stora bostadsområden. För att barn ska utveckla behov och lust till att fortsätta med idrott och motion, och därmed få en bättre hälsa, behövs det skapas fler platser för spontanidrott. Svenska Riksidrottsförbundet har uppmärksammat detta och lanserade 2003 idén om näridrottsplatser. Konceptet kommer från Norge där omkring 1 400 anläggningar för spontanidrott har byggts upp. Projektet, att målmedvetet satsa på utbyggnad av

spontanidrottsplatser i landets kommuner, är ett samarbete mellan Norska staten och Norska idrottsförbundet. Resultatet visar att i områden där anläggningar etablerats har intresset för fysisk aktivitet ökat. Spontanidrottsanläggningar vid skolor har ökat utomhusaktiviteten från 20% till mer än 60%. (Svenska Multiparker 2005)

Tanken bakom näridrottsplatser är att stimulera till fysisk aktivitet och att ge enkla förutsättningar till detta i människors närmiljö. Näridrottsplatsen är byggd så att den kan användas till så många olika verksamheter och aktiviteter som möjligt och den är öppen för alla under hela året. Näridrottsplatsen ska även ha utrymmen för inte förutbestämda aktiviteter samt erbjuda gemenskap över etniska, kulturella och sociala gränser. (Centrum för utvärderingsforskning UCER 2005, Rantzows Sport 2005)

Hur mycket näridrottsplatsen utnyttjas beror mycket på dess placering. Skolmiljöer är naturliga samlingsplatser där barn och ungdomar möts för att leka och umgås. Barn och ungdomar som har roligt och som får sina behov av fysisk aktivitet tillfredsställda är mer koncentrerade såväl i skolan som på fritiden. Spontanidrottsplatser kan med fördel även ligga i naturliga miljöer, som parker eller andra grönområden. För att man ska uppnå maximal nytta med en näridrottsplats är det viktigt att kommunens olika enheter exempelvis skolan, fritid och park samt lokala idrottsföreningar samarbetar. (Svenska Multiparker 2005)

Handslaget och andra ekonomiska medel

Regeringen har meddelat att Riksidrottsförbundet får disponera en miljard kronor under en fyraårsperiod för satsningar på idrottens barn- och ungdomsverksamhet. Satsningen kallas i dagligt tal för Handslaget och åren det gäller är 2004-2007. Pengarna ska användas för att stötta och uppmuntra idrottsföreningar att öppna dörrarna för fler, hålla tillbaka avgifterna, satsa mer på flickors idrottande, delta i kampen mot droger och öka samarbetet med skolorna. Riksidrottsförbundet har avsatt speciella medel för att stödja utbyggnaden av näridrottsplatser för spontanidrott. Svenska Fotbolls-förbundet (SVFF) stödjer från och med 2004 och fem år framåt 80 olika spontanidrottprojekt, så kallade "Kulan"-projekt. I Europa har UEFA avsatt ekonomiska resurser för att satsa på att förbättra utbudet av anläggningar för spontanfotbollen i storstadsområden. Målet är att alla medlemsländer ska få sina egna miniarenor för spontanfotbollen. Även svenska regeringen har uppmärksammat problemet och avsatt särskilda medel för åtgärder i kommunerna. (Riksidrottsförbundet 2006)

Näridrottsplats - ett exempel

I september 2005 invigdes Göteborgs första näridrottsplats *Backa Röd* i stadsdelen Backa. Projektet är ett samverkansprojekt mellan Idrotts- och föreningsförvaltningen, Park- och naturförvaltningen, Lokalförsörjningsförvaltningen, Stadsdelsförvaltningen Backa, Bostads AB Poseidon och Hyresgästföreningen Västra Sverige. Anläggningen kostar ca 1,9 miljoner, och projektets samarbetsparter står tillsammans med Svenska Fotbollsforbundet för finansieringen. Elever från en skola i området och de boende i stadsdelen har bidragit med idéer och inspiration. Park- och naturförvaltningen ansvarar för drift och skötsel av anläggningen och Bostads AB Poseidon för den dagliga tillsynen. På Backa Röd står lek, idrott och gemenskap för alla åldrar i fokus. Här kan man spela boll, prova enklare idrottsaktiviteter, leka, klättra och umgås när man känner för det. Anläggningen står alltid öppen för den som vill röra på sig. Här finns bl. a lekplats, frisbeegolfbana, bouleplan, hinderbana, klättervägg, streetbasketplan, tennisplan som kan spolas till isbana, dansbana, grillplatser, pulkabacke och en öppen gräsmatta. (Nilsson 2005)

Social gemenskap och hälsa

Det sociala livet påverkar hälsa och välbefinnande i allra högsta grad. Alla människor behöver den mentala stimulans och den bekräftelse som en social interaktion kan innebära. Socialt umgänge är liksom fysisk aktivitet en friskfaktor som bidrar till att bibehålla en god hälsa. Isolation är tvärtom en riskfaktor. Arbetsplatsen, skolan och andra mötesplatser är därför en viktig del av hälsan, och tar man bort dessa klipper man av livlinan för många människor. (Gärdsell pers. medd. 2005)

Universal Design

Tillgänglighet syftar till att man ska kunna ta sig fram och komma åt i miljön (fysisk tillgänglighet), att alla människor, på lika villkor, ska kunna förstå och ta del av information av olika slag (informativ tillgänglighet), kunna kommunicera och vara delaktiga i samhället (kommunikativ tillgänglighet) och bli accepterade och respekterade för den man är, att se till människors lika värde (psykosocial tillgänglighet). Att miljön ska vara användbar innebär att man ska kunna vistas i den och använda den till det den är avsedd för. För att en miljö ska vara användbar krävs t ex ljusförhållandena är bra



Näridrottsplatsen Backa Röd i Göteborg. Foto: Sofia Hjertqvist

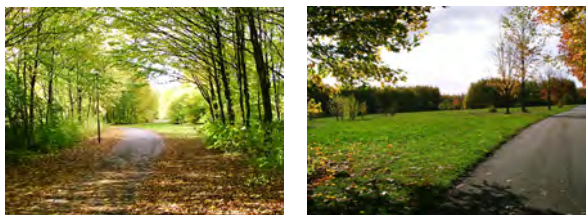
och att utformningen är begriplig. (Månsson 1999, Tillgänglighet Umeå kommun 2006)

Universal design innebär att man skapar miljöer och produkter som är användbara för alla människor, oberoende av ålder och handikapp, i så stor utsträckning som möjligt. Begreppet universal design är relativt nytt men inte själva konceptet. 1977 menade arkitekten Michael Bednar att miljöer blir användbara för fler människor om man tar bort olika sorters barriärer. Han tyckte att det behövdes ett koncept som var bredare och mer universellt och som inkluderade behov som alla människor har av en miljö. Begreppet tillgänglig design användes i början av 1980-talet och innebar då vad universal design innebär idag – design för alla människor. På senare tid har dock begreppet tillgänglig design blivit synonymt med att skapa miljöer som är användbara för personer med olika handikapp. Ofta glömmar man bort att universal design även innebär att en miljö t ex ska vara lätt att orientera sig i. Det upplevs väldigt negativt med särskilda lösningar för funktionshindrade så det gäller att vara försiktig och tillgängliggöra miljöer utan att det syns för mycket. Universal design stödjer integration, snarare än separation, av människor. Universal design används ofta synonymt med "Design för alla" och "barrier free design". (Månsson 1999, Welch 1995)

Bygglagsstiftning

I Sverige har det funnits lagstiftning om tillgänglighet och användbarhet sedan 1960-talet. Bestämmelser finns i flera olika dokument som Plan- och Bygglagen (PBL), Lagen om tekniska egenskapskrav på byggnadsverk (byggnadsverkslagen) samt förordningar och föreskrifter som hör till dessa lagar. Bygglagsstiftningen är ett samlat begrepp för de lagar och regler som styr den byggda miljöns utformning. Enligt nya Plan- och Bygglagen, som trädde i kraft 1995, ska allt som byggs nytt eller ändras vara tillgängligt och användbart för personer med funktionshinder. Befintliga miljöer berörs inte så länge de inte ändras. Skillnaden efter 1995 är att nu har byggherrarna hela ansvaret för att lagstiftningen följs. Kommunernas roll är att tala om för byggherrarna vilka krav som skall vara uppfyllda när husen står färdiga, för att husen skall få användas. För att kunna visa byggnadsnämnderna att de olika kraven är uppfyllda, behöver byggherrarna, enligt PBL, ha hjälp av personer som är sakkunniga i tillgänglighetsfrågor. Dessa *tillgänglighetskonsulter*, som själva har något slags funktionshinder, behövs både när man projekterar byggnader och miljöer och vid kontrollen av dem när de är färdigbyggda. År 2010 ska Sverige vara tillgängligt för alla. För att detta ska kunna ske, måste funktionshindrade inkluderas i planeringsunderlaget från början, och det är därför nödvändigt att tillgänglighetskonsulterna finns. (Almén 1997, Månsson 1999)

RESULTAT



Karaktäristiska drag i parken; täta trädrigårer och stora öppna rum. Foto: Sofia Hjertqvist

Inventering och analys av Tre Högars park

Tre högars park känns vid första anblick mycket stor och svåröverskådlig. Höga träd- och buskbestånd, som huvudsakligen består av avenbok, delar in parken i en massa små rum och korridorer och det är svårt att orientera sig. Träden bildar höga ridåer längs gång- och cykelstråken. Mitt på dagen är det vackert men när mörkret fallit är det obehagligt och otryggt, man går inne i en korridor och har minimal kontakt med bostäder och annat i omgivningen. Då och då öppnar träd- och buskridåerna dock upp sig och man skådar ut över stora rum. Rummen ser olika ut men de flesta har gräs som golv och omsluts åt flera håll av täta busk- och trädbestånd.

Lineroträdgården

Trädgården, som tidigare omgav den gamla Lineroträdgården (1869-1980), har förvildats till en tät och skogslik dunge. Detta har blivit en favoritplats för barn som ofta kommer hit för att leka bland träd och buskar och springa runt på de små stigarna. Skolklasserna kommer hit för att studera växter och insekter och här sker också gemensamma aktiviteter som boule, korvgrillning, Valborgsmässofirande mm. En liten kulle används på sommaren som vattenrutschbana och på vintern som pulkabacke. Lineroträdgården hyser speciella värden med sin bronsåldershög och biologiska mångfald. Det är viktigt att de stora gamla träden och de liggande stockarna får finnas kvar eftersom insekter och fåglar trivs i dess håligheter, Lineroträdgården är en spridningskälla av olika djur till andra delar av parken. (Angel pers. medd. 2005)

Parkstråket och runda rummet i norr

Denna del av parken, som avgränsas av bostäder på ena sidan och en bilgata på den andra, används inte till något annat än som passage till resten av parken. Den är dock viktig som en korridor för spridning av fåglar och insekter till grönområden norr om parken.

Blomstergården

Blomstergården är en ovalt formad anläggning med

perenner. Den inramas av en klippt avenbokhäck på alla sidor utom i söder. Här öppnar häcken upp sig och man har en fin utsikt över parken. Perennerna är planterade i upphöjda rundlar, oregelbundet placerade i ovalen. Hela ytan, och även rundlarna, är uppbyggd av gatsten. Det finns många bänkar samt två lyktstolpar i blomstergården. Tyvärr sköts perennerna ganska dåligt och det finns även människor som knycker med sig växter. Många upplever dessutom platsen som otrygg på grund av häckarna.

Gång- och cykelstråket

Detta stråk är en ca 800 m lång passage mellan östra och västra delen av parken, många rör sig här på väg till och från arbetet, skolan, affären eller vårdcentralen. På dagen känns det både lite magiskt och otryggt att röra sig igenom denna tunnel med omslutande träd på alla sidor. Sikten i korsningarna är dålig och kontakten till bebyggelsen är nästintill obefintlig. På kvällen känns det läskigt eftersom lyktstolparna göms i den uppväxta vegetationen vilket gör det mycket mörkt. Passagen över Östra Linerovägen är osäker på grund av busstrafiken. (Sonesson 2000)

Lekplatsen

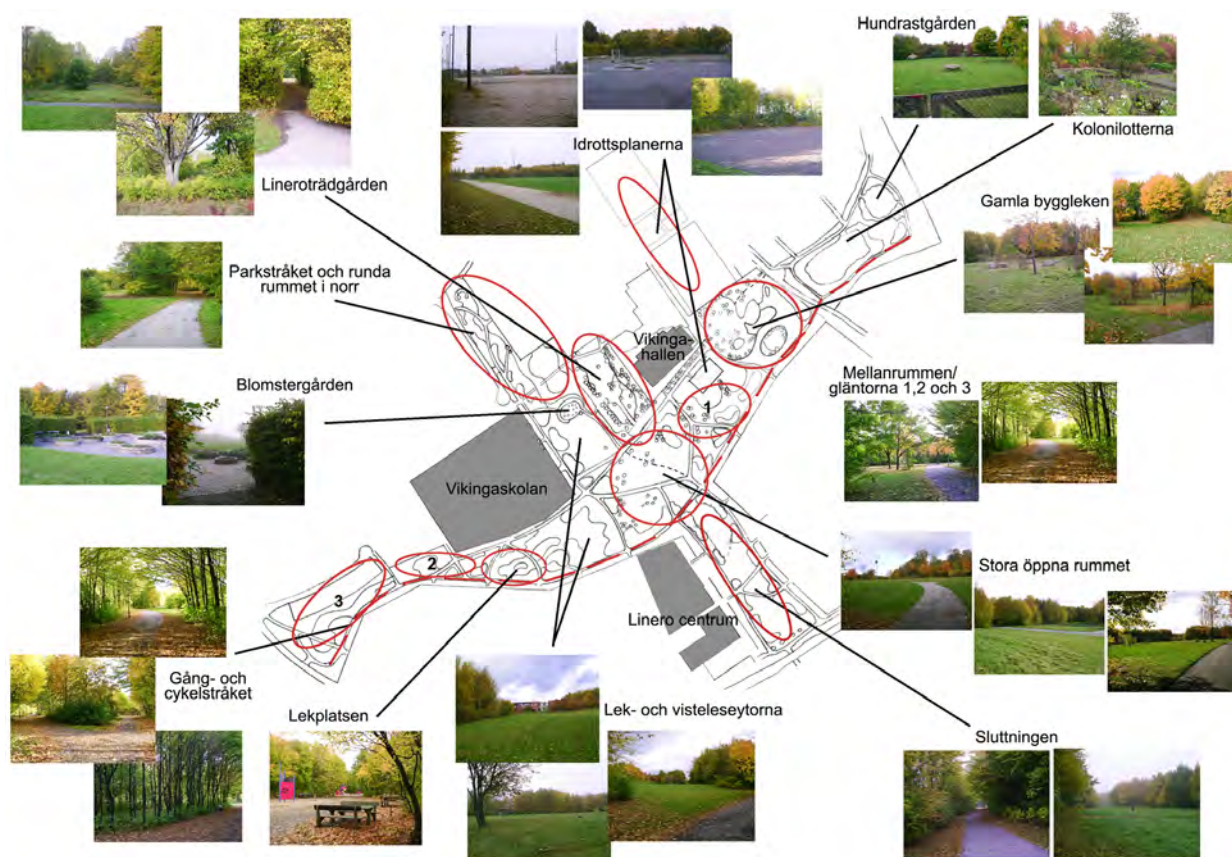
Lekplatsen består av två runda rum och är väl inbäddad i vegetation. Den har gott om lekredskap i ganska bra skick och flera bänkar och bord. Kontakten med resten av parken är minimal vilket gör att det känns instängt och obehagligt. Lekplatsen är den huvudsakliga lekplatsen i området.

Lek- och vistelseytorna

Rummen strax söder om blomstergården och Vikingaskolan är stora och öppna och inramas av vegetation åt vissa håll. Dessa kortklippta gräsytor hör till de skötselintensivaste i parken och Vikingaskolans elever använder dem ofta till att spela fotboll, brännboll mm. Kortklippta gräsytor ger många möjligheter till spontana aktiviteter och socialt umgänge och eftersom de kan användas på olika sätt och av olika sorters människor är den sällan tom på folk. Det är bra att gräsmattorna närmast Vikingaskolan hålls kortklippta så att barnen kan använda dem till sport och lek på sina raster men det kan också behövas fler sådana ytor på andra håll i parken, kanske längre österut.

Slutningen

Här sträcker parken ut sig söderut i ett avlångt rum. På båda sidor om rummet sträcker sig två gång- och cykelvägar i nord-sydlig riktning. Marken sluttar ganska brant här och det är svårt för gamla och rörelsehindrade att ta sig upp i parken. Jag tycker att det är en självklarhet att alla människor ska få uppleva naturlika miljöer. Därför ska alla, på ett eller annat sätt, kunna ta sig till



Parkens olika delar. Illustration och foto: Sofia Hjertqvist

parken och kunna använda den på åtminstone något sätt. Eftersom det är svårt här kanske dessa människor kan ta sig till parken på något annat sätt, exempelvis med buss. Mellan gång- och cykelvägarna finns en sammanhängande öppen äng som inramas av smala väggar av avenbok. Slutningen är viktig som en grön korridor för spridning av fåglar och insekter till parken söder om Vikingavägen.

Stora öppna rummet

I parkens centrum finns det största rummet. Gång- och cykelvägen går här genom rummet, istället för mellan rummen som i övriga parken, och olika stråk korsar varandra. Platsen är öppen och överblickbar vilket är en skön kontrast till den annars ganska slutna parken. Från högsta punkten hade man förr en otrolig utsikt ut över slätten, men den skymms idag av vegetation. Rummet omges av stora träd- och buskbestånd och här och var i rummet står grupper av träd och buskar i det högvuxna gräset. Här finns stora ytor och det är ganska blåsig.

Mellanrummen/gläntorna (1, 2 och 3)

Dessa tre ytor består av mindre parkrum som omges av vegetation. Rum 2 och 3 används inte till något annat än som passage till resten av parken. Dessa är dock viktiga som gröna korridorer för spridning av fåglar och

insekter till grönområden väster om parken. På yta 1 står flera träd friställda i gräset vilket är vackert och ger en skön kontrast till de täta planteringarna.

Gamla byggleken

Under 70- och 80-talen fanns här en bygglek och en plaskdamm och det var full aktivitet för barnen. Först drevs verksamheten av parkförvaltningen men efter ett tag lämnades den över till kultur- och fritidsförvaltningen. I mitten av 80-talet slutade man tyvärr med de populära aktiviteterna. Under många år stod byggleken och plaskdammen och förföll men i samband med parkförnyelsen 1998-2001 revs alltihop och torrängar, en kalkäng och en sandyta anlades och olika fruktträd planterades in. Fröerna har tagit sig bäst här i hela parken, förmodligen på grund av att det tidigare låg asfalt här, vilket har bidragit till att marken inte är lika näringsrik som på andra platser. På sommaren slår torrängen ut i en vacker blomsteräng. Längst ut i öster finns en kulle dit barn ibland kommer för att åka pulka. Till dessa delar av parken söker sig inte många människor idag. Kanske beror det på att det är svårt att hitta hit eller så finns här helt enkelt inget som lockar. (Sonesson 2000, Sonesson, pers. medd. 2005)

Kolonilotterna

Precis öster om Östra Linerovägen finns ett område med kolonilotter. Kolonilotterna är en verksamhet och verksamheter behövs i den här parken, här händer något, människor använder sin utemiljö. Området omsluts av vegetation och trots att det har flera öppningar känns det väldigt privat.

Hundrastgården

Öster om kolonilotterna ligger ett runt rum som idag är en hundrastgård. Rummet består av kortklipp gräs, stenar, några träd och bänkar. Det finns två entréer/grindar till rastgården, annars är den helt omsluten av täta träd- och buskbestånd.

Idrottsplanerna

Nordost om Vikingahallen ligger en stor fotbollsplan i grus, en fotbollsplan i gräs med längdhoppgröpp och hundrameters löparbana längs ena långsidan, två tennisplaner och en asfaltyta med moduleringar för skateboard. Strax söder om Vikingahallen ligger en mindre grusplan inbäddad i grönska. Dessa planer används idag av idrottsföreningar och skolor men de är ganska slitna. Tennisbanorna samt den modulerade asfaltytan ska antagligen tas bort och ersättas av parkering. (Gottmark, pers. medd. 2005, Sonesson 2000)

Enkätundersökningen

Hur personerna har svarat på enkätfrågorna beror på vilka de är (ålder, kön mm) och vilken förening/förvaltning de representerar. Dessutom beror det på om de använder parken för privat bruk eller genom tjänsten och vilka behov dess förening har av parken. Somliga känner till parken väl, andra har varit där någon enstaka gång men kan ändå uttala sig om den, och ytterligare andra har aldrig varit där och kan endast tala om parkkvaliteter i allmänhet. Svaren är många och ibland lika men de skiljer sig också en hel del.

Totalt tillfrågades 23 personer att vara med i undersökningen, 21 av dessa tackade ja. Två personer, representerar från bostadsrättsföreningar i området, ville av olika anledningar inte delta. Majoriteten av de svarande är män (16 personer) och de flesta är i åldern 46-65 år (15 personer). De föreningar och förvaltningar med representanter i undersökningen är: Bostadsrättsförening Valdemar (ville inte delta), Bostadsrättsförening Runristaren (ville inte delta), Bostadsrättsförening Nordmannen, Bostadsrättsförening Tre Högar, Bostadsrättsförening Linero (Kämpagränden), LKF (kommunala bostadsbolaget), Lokala hyresgästföreningen, Pysslingförskolan Snorre, Vikingaskolan, Föräldraföreningen Linero, Intresseförening för äldreboendet Thulehem, Friskis & svettis, Region Skåne, Sankt Knuts kyrka, Lunds Handikapp If, Vårdcentralen

Linero/Östra Torn, Stadsbyggnadskontoret, Park- och naturkontoret, Kultur & Fritid, Lugi Tennisförening samt en fritidsgård i området och en arkitekt. För namn på de personer som har deltagit, se bilaga.

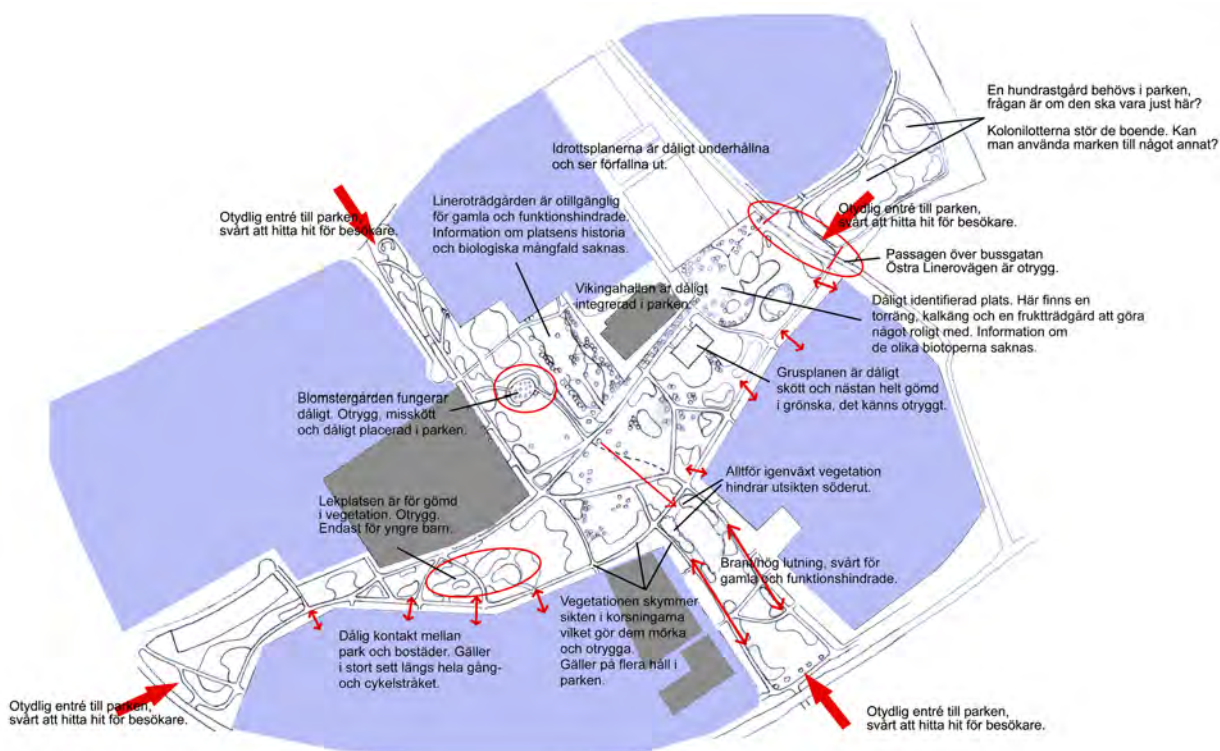
Sammanfattning av de vanligaste svaren

Trots att de flesta svarande inte har något personligt behov av att använda och förbättra parken vill de se att den förändras. Tre Högars park har nämligen många kvaliteter och potential att bli något extra. De svarande tycker att här finns fin natur, rejäl växtlighet och stora öppna gräsytor till olika aktiviteter. De tycker att det är bra att parkmarken och stråken är sammanhängande och att parken är centralt belägen i området. De flesta av dem gillar nivåskillnaderna och den vackra utsikten. I princip alla av de svarande anser att gamla Linero-trädgården, med sin kulturhistoria och sin biologiska mångfald, är en stor tillgång i parken.

Men det räcker inte med en fin natur, vacker utsikt och ett bra läge för att människor ska vilja vistas i parken. De svarande tycker att Tre Högars park har många brister. Parken är dåligt utnyttjad av folk, alltför igenväxt, mörk och otrygg. De anser att parken sköts för dåligt och att det finns för lite belysning. Ett exempel på en dåligt fungerande plats är blomstergården, den sköts knappt och används sällan och människor knycker blommor från den. Parken är ostrukturerad och oorganiserad och svår att orientera sig i. Att den är brant gör det svårt för gamla och personer med nedsatt rörelse- och orienteringsförmåga. De svarande anser att speciella attraktioner, naturliga entréer och en genomtänkt övergripande idé för hur parken ska användas, saknas.

Platser för fysisk aktivitet

De flesta av deltagarna tycker att Tre Högars park bör utnyttjas bättre till olika fysiska aktiviteter. De anser att det behöver finnas både planerade och orörda platser för såväl spontana som organiserade aktiviteter i parken. Eftersom människor är olika gamla och har olika behov tycker de att parken ska kunna erbjuda varierande aktiviteter som t ex fotboll, tennis, basket, utomhusgymnastik, styrketräning, löpning, promenader, boulevards, crosstraining (löpning och styrketräning i grupp), yoga, stavgång, golf mm. Dessutom tycker de att friskvården, som idag finns i Vikingahallen, kan flytta ut sin verksamhet i parken under våren och sommaren. De befintliga idrottsplatserna behöver rustas upp och göras mer spännande och de öppna gräsytorerna behövs för spontana aktiviteter. Många är överens om att det behövs en operatör, t ex en idrottsförening, som driver aktiviteter i parken. Samarbetet mellan idrottsföreningar och skolor kan också bli bättre.



Sammanfattning av Tre Högars parks problem och brister utifrån min egen inventering och analys samt utifrån analysen och tolkningen av enkätsvaren. Illustration: Sofia Hjertqvist

Sociala platser och platser för återhämtning

De svarande anser att det idag inte känns naturligt att träffas i parken och att flera åtgärder behövs för att ändra på detta. Flera menar att många fysiska aktiviteter också är sociala, spelar man t ex boule eller går stavgång kan man ju prata och umgås samtidigt. Men eftersom inte alla kan eller vill idrotta behövs det även andra platser att mötas på. Utbudet av sittplatser i parken är litet och de svarande tycker att det borde finnas fler bänkar med rygg- och armstöd, fler bord och fler sittplatser med någon slags tak eller skydd mot regn och sol. Många tycker att det vore en god idé att bygga en utsiktsplats på parkens högsta topp där man kunde mötas och se ut över parken. Grillplats, kafé, amfiteater och olika evenemang kommer också på tal. Många understryker vikten av att skapa mötesplatser där människor i olika åldrar och med olika bakgrund kan träffas, och detta kräver varierande platser med flera användningssätt. En botanisk trädgård skulle t ex kunna ha odlingar för växtintresserade kan arbeta i, för skolan att ha i undervisningen eller för andra att bara titta på och njuta av. Mötesplatser skulle kunna placeras i anslutning till lekplatsen och/eller till olika aktiviteter. En del svarande tycker att socialt umgänge ger upphov till vila och återhämtning medan andra anser att man behöver vara ensam för att vila upp sig, och att det då behövs avskilda platser i parken.

En tryggare park

För att få en tryggare park är de svarande överens om att det måste gallras i vegetationen. Korsningar måste bli mer överblickbara och de täta träd- och buskridåerna intill gångvägen måste glesas ur. Majoriteten tycker dock att man inte får ta bort för mycket grönska eftersom det är vackert och skyddande och så gynnar det den biologiska mångfalden i parken. På kvällen är parken otroligt mörk och för att åtgärda detta anser många att det behövs mer och bättre belysning. Särskilt behöver platser och stråk, där folk rör sig mycket, bli ljusare. Andra saker som de svarande tror skulle öka tryggheten i parken är bättre skötsel (klippa gräset oftare, städa undan skräp mm), högre orienterbarhet (fler landmärken, siktlinjer, skyltar mm) och bättre visuell kontakt med omgivande bostäder. Blir parken mer attraktiv och innehållsrik på aktiviteter och evenemang kommer fler människor vara i rörelse i parken både dag och kväll och då, anser de svarande, bli parken tryggare.

Ökad tillgänglighet

För att öka tillgängligheten tycker deltagarna att det måste finnas olika vägar och sätt att komma in i parken. Kan man inte ta sig upp för den branta backen från Linero centrum ska man kunna gå runt parken och in genom en annan entré eller t ex kunna åka buss ända fram. Där lutningarna är stora behövs många bänkar att vila sig på och kanske också "slalomvägar" som lutar mindre. För att öka orienterbarheten tycker de att man ska ha



Sammanfattning av Tre Högars parks kvaliteter och potential utifrån min egen inventering och analys samt utifrån analysen och tolkningen av enkätsvaren. Illustration: Sofia Hjertqvist

orienteringspunkter som t ex höga träd och skulpturer, skyltar, kartor mm. Men parken ska även ha sin egen logik, man ska kunna "orientera sig utan karta". De svarande är överens om att det nästan är omöjligt att göra hela parken tillgänglig för alla, istället får man se till att alla åtminstone kan använda någon eller några platser. Man skulle kunna göra en rullstolsled, en anlagd väg genom Lineroträdgården, en tillgängligare lekplats och/eller ha aktiviteter som personer med nedsatt rörelse- och orienteringsförmåga kan utföra, t ex boule och bågskytte. Man skulle kunna plana ut marken på vissa håll t ex kring Vikingahallen. Det är viktigt att man sköter parken t ex tar bort grenar och glas på gångvägarna så att personer med t ex rullstol, rullator och barnvagn kan komma fram.

Skillnader mellan olika yrkeskategoriers svar

Hade deltagarna i undersökningen varit boende i området eller på annat sätt användare av parken, hade det varit av stort intresse att jämföra svaren mellan män och kvinnor och olika åldersgrupper. Men majoriteten av dem är inte boende i området och de flesta har därför inte heller något privat förhållande till parken. De ser på parken utifrån vilka behov deras förening eller förvaltning har av den. Därför tror jag att det i denna undersökning är viktigare att analysera skillnaderna i

svaren utifrån de svarandes olika yrkesroller än utifrån kön- eller åldersfördelningen.

De svarande ser parken utifrån sina yrkesroller. Arbetar man med barn ser man parken utifrån barnens perspektiv och vill ta tillvara på ytor för lek och idrott. Sitter man i styrelsen för någon idrottsförening tänker man sig troligen parken som en plats för fysisk aktivitet medan ordförande i en intresseförening för äldreboende främst vill ha en vacker park med fin natur och utsikt. Dessutom spelar det stor roll vilka av de svarande som ingår i den projektgrupp som är initiativtagare till projektet i Tre Högars park, och som också vill se de största förändringarna. Den person som omnämns som arkitekten har tidigare tagit fram ett program med projektgruppens idéer och önskemål om parkens utveckling, han har jobbat nära projektgruppen och får därför också stå med i denna grupp. Övriga svarande har jag delat in i grupper utifrån yrkeskategori. En del passar inte in i någon sådan grupp och får därför stå ensamma. Orsaken till att jag gör denna klustring är att jag vill se hur idéerna, dels kring den nuvarande parken och dels kring parkens utveckling i framtiden, skiljer sig mellan de olika yrkesrollerna. Grupperna är:

Boendeföreningar: Brf. Nordmannen, Brf. Tre Högar, Brf. Linero (Kämpagränden), LKF (kommunala

bostadsbolaget), Lokala hyresgästföreningen.

Barn och ungdom: Vikingaskolan, Fritidsgården, Pysslingförskolan Snorre Föräldraföreningen Linero.

Landskapsarkitekter: Park- & Naturkontoret, Stadsbyggnadskontoret.

Projektgruppen: Lugi Tennisförening, Linero If, Kultur & Fritid, Vårdcentralen Linero/Östra Torn, Arkitekt.

Friskvård: Region Skåne, Friskis & svettis.

Intresseförening för äldreboendet Thulehem

Sankt Knuts kyrka

Lunds Handikapp If

Hur parken används idag

De personer som använder parken mest hittar vi i gruppen *Barn och ungdom*. Som privatperson eller med sin förening använder de parken för fysisk och/eller social aktivitet. Personerna i *Boendeföreningar* och *Lunds Handikapp If* passerar igenom parken på väg någonstans eller är där för att motionera/träffa folk. *Landskapsarkitekterna* har varit där några enstaka gånger, främst i tjänsten och i *Sankt Knuts kyrka* är det inte den svarande, utan kyrkans verksamheter, som använder parken. De grupper som aldrig är i parken är *Friskvården*, *Intresseföreningen för äldreboendet Thulehem* och de flesta personer ur *Projektgruppen*.

Hur parken kan förändras

Grupperna ser även olika på hur de skulle vilja använda/förändra parken. *Barn och ungdom* liksom *Lunds Handikapp If* vill ha en stadsdelspark med både arrangerade och spontana, fysiska och sociala, aktiviteter för såväl egen som föreningens skull. Övriga gruppers medlemmar har inga personliga önskemål om vad parken ska innehålla. Däremot vill grupperna *Boendeföreningar*, *Projektgruppen*, *Sankt Knuts kyrka*, *Friskvården* och *Intresseföreningen för äldreboendet Thulehem* att den ska kunna erbjuda en variation av fysiska och sociala aktiviteter för alla människor, vare sig man bor i området eller inte. *Landskapsarkitekterna* vill att parken ska innehålla någon speciell attraktion så att människor från olika håll lockas dit.

Gruppen *Barn och ungdom* vill bevara den gamla Lineroträdgården. "Dungen" är trots sin begränsade storlek som en skog för barnen och den plats i Tre Högars park som lockar dem mest. Här leker de bland buskar och gamla trädstockar och hit går de för att åka pulka på vintern. Valborgsmässofirandet med brasa hör också till

favoriterna. Andra ytor som de leker och spelar boll på är de öppna gräsmattorna med kortklippt gräs. Barnen visar ett stort intresse för parkens historia och därför är det viktigt att man fortsätter att berätta för dem om hur parken sett ut genom tiderna. Förutom historian vill *Barn och ungdomsgruppen* använda parken till undervisning av växter och djur. Man hoppas även att parken i framtiden ska kunna erbjuda ungarna aktiviteter efter att skolan slutat för dagen.

Gruppen *Boendeföreningar* vill att de boende ska känna stolthet över sin närmiljö. För att kunna göra detta anser gruppen att skötselnivån i Tre Högars park måste höjas. Ingen är stolt över en nedskräpad och igenväxt park. Dessutom vill gruppen att parken ska bli tryggare så att de boende vågar röra sig i sitt område dag som kväll. För att stärka identiteten för området bör de boende lära sig historien bakom sin stadsdel och stadsdelspark, man skulle t ex kunna sätta upp skyltar och kartor som informerade om platsen från Vikingatiden fram till nu. Gruppen tycker att en botanisk trädgård eller liknande skulle vara trevligt i parken, dels att titta på och dels för intresserade i området att arbeta i.

Projektgruppen vill göra en stor satsning på idrott, motion, friskvård, rekreation och rehabilitering i Tre Högars park. De vill skapa en hälsopark som är attraktiv för kropp och själ, en park som främjar såväl organiserad som spontan fysisk aktivitet, en park som uppmuntrar till möten mellan människor, en plats där olika sorters människor kan få utlopp för kreativitet, livslust och vila, en plats med människan och människans hälsa i fokus. *Projektgruppen* vill väcka intresset för folk att komma ut och röra på sig och för detta behövs olika dragplåster. De önskar öka folkgenomströmningen i parken och på så sätt få en tryggare park. De vill göra parken mer tillgänglig och lättorienterad och på sikt försöka sänka ohälsotalen i stadsdelen. Den nuvarande parken är, enligt *projektgruppen*, ett bra utgångsläge för detta. Parken har många brister men gruppen är positiv, allt kan bara bli bättre. De vill ha en mer strukturerad park där olika delar samt parkens början och slut definieras och där allt, såväl byggnader som vegetation, tänks in i en helhet. De tror att Tre Högars park kommer att utgöra en viktig grön länk mellan Linero och de nya bostadsområden som planeras längre österut.

Landskapsarkitekterna är den grupp som mest värnar om vegetationen och den biologiska mångfalden. I parkförnyelsen som gjordes i Tre Högars park för några år sen planterades örter och ängsfröer in. Gruppen tycker att man bör ge dessa ytterligare några år på sig att växa till. För att öka tryggheten och kontakten med bebyggelsen tycker de att stora delar av buskskiktet kan tas bort/gallras ur och att man istället kan satsa på träd-och fältskikten. De ser gärna att man skyltar med parkens

växter och djur. Andra saker som landskapsarkitekterna vill göra är att förbättra de befintliga idrottsplatserna, tillgängliggöra lekplatsen, tillföra någon speciell attraktion och utveckla parkens östra delar.

Friskvårdsgruppen tycker att man i första hand ska satsa på att göra parken öppen, trygg och överblickbar. Den ska vara attraktiv och locka folk. Sen ser de gärna att man använder parken för olika aktiviteter såsom stavgång och crosstraining (man springer och styrketränar i grupp). För detta behövs en upplyst slinga med mjukt underlag. Gruppen tycker även att man ska satsa lite extra på att förbättra äldres allmäntillstånd och välmående genom fysisk aktivitet. Här kan man t ex ha boule och olika träningsredskap som är anpassade för just äldre.

De platser som *Sankt Knuts kyrkas* verksamheter har störst behov av i parken är stora klippta gräsytor. Kyrkan anser att det behövs fler sådana ytor och inte bara intill Vikingaskolan (så att de bara används av skolbarnen). Högt gräs har man ingen användning av. Skötseln bör öka, upptrampade stigar bör bli rejäla gångvägar och det måste bli lättare att orientera sig i parken. Varför inte sätta upp skulpturer av t ex betong här och var.

För *Intresseföreningen för äldreboendet Thulehem* är det viktigast att parken är attraktiv och trygg och att den lockar med något speciellt t ex den vackra utsikten. Först därefter kan den bli folktät och full av aktiviteter. För att de boende på Thulehem ska kunna komma till parken behövs t ex att det organiseras gemensamma bussresor dit.

För gamla personer och personer med nedsatt rörelse- och orienteringsmöjlighet är det tufft att ta sig fram i Tre Högars park, i alla fall i nord-sydlig riktning där lutningen är så stor. Gruppen *Lunds Handikapp If* menar att dessa höjdskillnader inte går att göra något åt. Däremot kan man satsa på att tillgängliggöra platser uppe på höjden, t ex kring Vikingahallen. Man skulle kunna göra en rullstolsled, en boulebana och en grillplats som alla kommer åt. En fotbollsplan i gräs vore också trevligt. För handikappade är det också extra viktigt att vägarna sköts ordentligt.

Mitt gestaltungsförslag

Sammanställningarna av Tre Högars parks problem/brister och kvaliteter/potential har tillsammans med all kunskap och inspiration som jag fått genom litteratur, forskning och olika personkontakter, fungerat som underlag för mitt skissarbete. Eftersom det är så många faktorer som har påverkat mig i gestaltningen av Tre Högars park är det svårt att säga vad i gestaltningen som återknyter till inventeringen, vad som kommer ifrån

enkätundersökningen och vad som kan knytas till litteraturen. Gestaltungsförslaget är produkten av alla dessa faktorer.

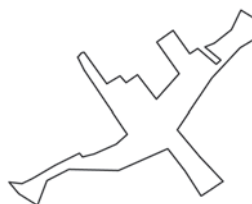
Parkens form och övergripande tankar i designen

Det finns studier som visar att formen på en park har betydelse för hur man upplever och använder parken. Ju mer sammanhållen en park är i sin form desto bättre, en långsmal och spretig park upplevs vara sämre. Detta har visat sig vara viktigare ju mindre parken är. (Berggren-Bärring & Grahn 1995)



Olika parkformer. Illustration: Sofia Hjertqvist

Tre Högars park har en märkligt spretig form, den är som ett kors med fyra långsmala "armar" som sträcker sig åt norr, söder, väster och öster, utifrån ett centrum som utgörs av parkens största rum. Särskilt samlad är den alltså inte och detta skulle enligt teorin ovan betyda att parken är svår ur användningssynpunkt. Det är dessutom lätt att gå vilse i den eftersom den är så stor och eftersom det ser så lika ut överallt.



*Tre Högars park har en märklig form.
Illustration: Sofia Hjertqvist*

Detta är något jag har haft i åtanke vid gestaltningen. För att få en mer samlad park har jag koncentrerat aktiviteter och mötesplatser till parkens centrala delar, runt Vikingahallen, gamla Lineroträdgården, Vikingaskolan och lekplatsen, och låtit de smala "armarna" som sträcker sig norr- och västerut förbli oförändrade. I "armarna" som sträcker sig söderut, slutningen, är de enda förändringarna att det gallras i vegetationen för att få en finare utsikt från parkens topp, och att en upptrampad stig görs om till en asfalterad gångväg. Även om "armarna" inte görs om så mycket är det viktigt att de får förbli parkmark för att fungera som gröna länkar, och således spridningskällor av växter och djur, till annan parkmark i omgivningen. Eftersom Linero kommer att byggas ut österut tycker jag också att det är viktigt att parkdelen öster om Östra Linerovägen görs tillgänglig för människor genom att passagen görs säkrare för gående och cyklister. Detta kan göras antingen genom en tunnel eller genom en bro. (Gerdtsen, pers. medd.)



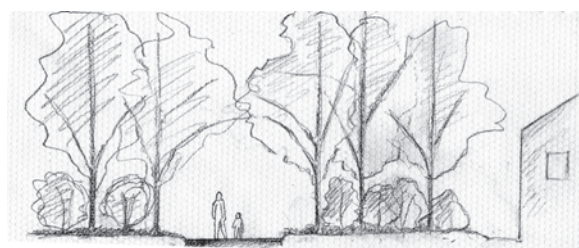
Aktiviteter och mötesplatser är samlade inom det streckade röda, de blå pilarna visar hur parken länkas samman med andra grönområden. Illustration: Sofia Hjertqvist

Inom parkens centrala delar, som omges av eller går i anslutning till, ett ca 1,5 km lång motionsspår, har jag sedan valt att sprida ut det nya innehålllet. Orsaken till detta är att jag vill att det ska finnas aktiviteter, mötesplatser, grillplatser, blomplanteringar mm på flera håll i parken och att det inte bara ska hända saker kring t ex Vikingahallen. Jag tycker också att en del aktiviteter ska ligga i anslutning till Vikingaskolan för att eleverna lätt ska kunna använda sig av dem på rasterna. Det är viktigt att inte planera varje kvadratmeter i parken utan att lämna ytor för människor att själva bestämma över. Därför finns det flera öppna gräsytor i parken som inbjuder till spontana aktiviteter eller möten.

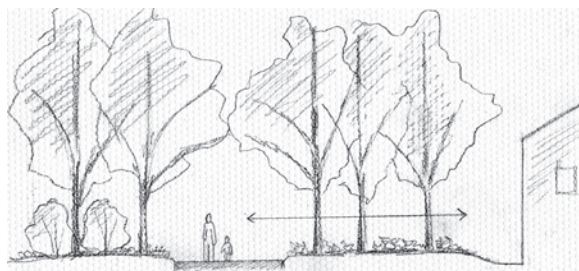
Vegetationen

Inventeringen och enkätundersökningen visar att Tre Högars park upplevs vara alltför mörk och otrygg med dålig kontakt med omgivningen. För att öka tryggheten i parken tas därför vegetation bort på platser där folk rör sig mycket, t ex utmed gång- och cykelvägarna, vid lekplatsen, kolonilotterna och Vikingahallen. Sikten mellan parken och bostadsbebyggelsen förbättras då och lyktstolparna kommer fram och kan lysa upp platserna. Viktigast är att gallra i buskskiktet, träd- och fältskiktet kan man låta vara eftersom man har god sikt igenom trädstammar. Enkätundersökningen visar också att utsikten är en kvalitet som man vill bevara. För att skapa en längre siktlinje från parkens högsta topp och söderut i parken tas därför en del vegetation bort i sluttingen.

De deltagare i enkätundersökningen som jobbar med barn understryker hur viktiga de skogslika dungarna är för barnens lek. På grund av detta får den gamla Lineroträdgården och dungarna intill Vikingaskolan vara kvar. Dessutom kan tre av de åtta parkkaraktärer som, genom studier på SLU Alnarp, visat sig vara viktiga för en parks popularitet, återfinnas här. Dessa karaktärer är *Det vilda*, *Det artrika* och *Lustgården*. (Grah 1991,



I dagsläget är kontakten mellan parken och bostäderna dålig. Illustration: Sofia Hjertqvist



Genom att buskskiktet gallras ur ökar man kontakten. Illustration: Sofia Hjertqvist

“Naturlika” miljöer, t ex parker, har i olika studier visat sig ha positiva effekter på människors hälsa. Koncentrationsförmågan förbättras av vistelse i återhämtande miljöer och stress reduceras genom ett evolutionärt reflexmässigt svar på naturliga miljöer. Dessutom har det betydelse om dessa gröna miljöer finns i människors vardagsmiljö. Särskilt äldre, barn och funktionshindrade är beroende av att dessa miljöer finns i närheten av det egna hemmet. På grund av detta är det viktigt att vissa delar av vegetationen i Tre Högars park sparas så att parken förblir “naturlik”. (Grah 1999, Ottosson & Grah 1998, Socialdepartementet 2002)

Ängsfröerna och örterna som såddes in i och med parkförnyelsen 1998-2001 har på de flesta håll tagit sig dåligt. Fröerna har, enligt Svante Törnvall på Park- och naturkontoret i Lund, haft sin chans och kommer nog inte utvecklas mer i framtiden. Eftersom deltagarna i enkätundersökningen dessutom efterfrågar fler ytor för spontana aktiviteter, görs en del ängsytor om till ytor med kort och halvkort gräs. Den parkkaraktär som passar in på dessa öppna, kortklippta gräsytor är *Allmänningen*. (Grah 1991, Berggren-Bärring & Grah 1995, Törnvall, pers. medd. 2006)



Stora öppna gräsytor behövs för spontana aktiviteter i parken. Parkkaraktären *Allmänningen* passar här. Foto: Sofia Hjertqvist

Gång- och cykelvägarna

Resultatet från enkätundersökningen och inventeringen visar att gång- och cykelvägarna fungerar bra idag, människor tycker att det är lätt att röra sig mellan olika destinationer såsom Vikingahallen, Linero centrum, Vikingaskolan, fritidsgården, lekplatsen, gamla Lineroträdgården mm. Därför är de flesta av dessa bevarade. De enda som tagits bort är två kortare vägar i parkens centrum (den förbi respektive söder om blomstergården) som känns onödiga när blomstergården flyttats. Den enda nya asfaltsvägen är den som genar över slutningens norra del, där det tidigare var en upptrampad stig. Denna har kommit till dels för att människor uppenbarligen vill gå här, och dels för att det blir lite mindre brant att ta sig upp i parken för rörelsehindrade personer, vägen blir som en sådan "slalomväg" som en del av deltagarna önskar. Genom Lineroträdgården har en stig av stenmjöl kommit till efter önskemål att göra platsen tillgänglig för alla. Motionsspåret går förbi lekplatsen och en stig går igenom botaniska trädgården, detta för att bättre integrera dessa delar i övriga parken. I anslutning till vägarna ska det, för allas skull, finnas god belysning och bra sittmöjligheter på rimliga avstånd från varandra. Speciellt där lutningarna är stora är det viktigt med många bänkar att vila sig på.

Tillgänglighet, orienterbarhet och trygghet

När majoriteten av deltagarna i enkätundersökningen säger att de vill göra parken tillgänglig för alla i östvästlig riktning menar de främst fysiskt tillgänglig, dvs. att alla ska kunna ta sig fram och komma åt i miljön. Detta åstadkoms, enligt tillgänglighetskonsulten på Lunds kommun, Jan-Erik Johansson, genom att gång- och cykelvägarna har ett fast och jämnt underlag och att det inte förekommer stora längs- eller tvärlutningar. Både asfalt och stenmjöl ger enligt Jan-Erik god framkomlighet. Magnus Ekholm, konsult på Lunds Handikapp If förklarar vidare att för att framkomligheten för personer i rullstol ska vara bra är det viktigt att man sköter gångvägarna ordentligt (tar bort grenar, glas mm). Lunds Handikapp If bedriver verksamhet i Vikingahallen och flera av deltagarna i enkätundersökningen önskar att gamla och rörelsehindrade ska kunna nå parken med buss hit upp. Därför planas marken kring Vikingahallen ut. Då lekplatsen är den huvudsakliga lekplatsen i området görs även denna tillgänglig för alla. Här får man tänka på vilka underlag man använder, man kan t ex ha en handikappgunga med gummi-asfalt under istället för sand så att personer i rullstol kommer åt. Universal design innebär, som nämntes i litteraturstudien, att man skapar miljöer och produkter som är användbara av alla människor, oberoende av ålder och handikapp, i så stor utsträckning som möjligt. Med åtgärderna som beskrivits ovan gör man att alla män-

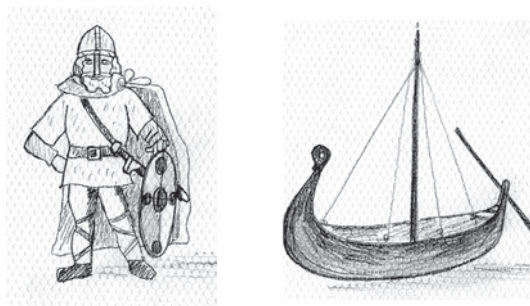
niskor i alla fall kan använda vissa delar av Tre Högars park. (Ekholm, pers. medd. 2005, Johansson, pers. medd. 2005, Månsson 1999, Tillgänglighet Umeå kommun 2006, Welch 1995)

Både inventeringen och enkätundersökningen visar att det är svårt att orientera sig i Tre Högars park. För att tydligt visa besökarna att de är framme i parken sätts det därför upp skyltar med kartor vid parkens entréer från Vikingavägen, Linerovägen och Östra Linerovägen samt på ett par ställen i själva parken. Eftersom tillgänglighet även syftar till att alla människor, på lika villkor, ska kunna förstå och ta del av information av olika slag (informativ tillgänglighet), görs dessa skyltar så att alla, blinda som seende, kan läsa dem. De höga träden i Lineroträdgården, den förbättrade sikten mellan park och bebyggelse och de olika aktivitets- och mötesplatserna bidrar också till ökad orienterbarhet i parken. (Tillgänglighet Umeå kommun 2006)

För att parken ska upplevas som tryggare har jag redan nämnt att man bör gallra regelbundet i vegetationen så att kontakten med bostäderna förbättras och lyktstolparna kommer fram. Dessutom behövs det tillföras ny belysning på vissa aktivitets- och mötesplatser samt utmed motionsspåret. Förutom god belysning, överblickbarhet och skötsel bidrar aktiviteter, att folk är i rörelse i parken, och att parken är attraktiv, till att det känns tryggt.

Stadsdelslekplatsen

Lekplatsen består av två delar, en för yngre barn och en för lite äldre barn och ungdomar. Dessa delar skiljs åt genom en gångväg men hör ändå ihop då det är öppet mellan dem. Jag tror att det är roligt, inte minst för de yngre barnen, att kunna kika på hur de äldre barnen leker. Att lekplatsen ligger nära Vikingaskolan är något positivt då eleverna kan komma hit och leka på rasterna. För att knyta an till parkens historia har lekplatsen för de yngre barnen fått temat *Vikinger*. Här kan t ex finnas vikingaskepp, runstenar och vikingafigurer. Sådan utrustning går exempelvis att få tag på hos det tyska lekutrustningsföretaget SIK-Holz eller genom konstnärer som specialtillverkar dem.



Inspiration från Vikingatiden. Illustration: Sofia Hjertqvist

För de äldre barnen finns en streetbasketplan (en yta för basket och andra bollspel och lekar) och, om intresset finns, skateboardramper. En streetbasketplan består vanligtvis av asfalt, eftersom barn gillar det, och är öppen (inhägnas inte av sarg eller liknande). På asfaltytan målas linjer ut, basketkorgar sätts upp mm. (Andersson pers. medd. 2006, Larsson, C, pers. medd. 2005, Nilsson pers. medd. 2006)



Streetbasketplan på Backa Röd i Göteborg. Foto: Sofia Hjertqvist



Skateboard är en populär sport. Man får undersöka intresset för sporten i området.

Eftersom fysisk aktivitet är hälsofrämjande och då utbliven stimulans till fysisk aktivitet på sikt skapar stora folkhälsoproblem, såsom ökad fetma och försämrad kondition, behövs anläggningar som erbjuder barn och ungdomar möjlighet till lek och fysisk aktivitet. Streetbasketplanen är en anläggning som idag förekommer allt oftare på näridrottsplatser i Sverige och är tänkt att bidra till ökad spontanidrott i människors bostadsmiljöer. (Gärdsell pers. medd. 2005, Riksidrottsförbundet 2002)

I övrigt finns det rikligt med sittplatser på lekplatsen, även under tak med skydd mot regn. Det är vindskyddat (av vegetation) och väl upplyst. Längst till höger, där löparslinga ansluter, finns en grillplats. Här kan barnen ta en paus i leken, vuxna sitta och titta på eller motionärer stanna till, och på så sätt kan människor i olika åldrar använda samma plats. För att förbättra kontakten med resten av parken och med bostäderna tas en del av vegetationen kring lekplatsen bort. Planterar man nya växter kan man tänka på att välja växter som går att äta, t ex bärbuskar och fruktträd.

Gamla Lineroträdgården

Jag såväl som majoriteten av deltagarna i min enkätundersökning tycker att gamla Lineroträdgården ska förbli barnens plats för lek och pulkaåkning. "Dungen", som barnen kallar platsen, är vad som närmast kan liknas med skog i Tre Högars park, här får träd och buskar växa som de vill och här får stockar och stubbar ligga. Parkkaraktärer (från studierna på SLU Alnarp) som jag

redan nämnt passar in här är *Det vilda*, *Det artrika* och *Lustgården*. Eftersom parkkaraktären *Kulturen* definieras som "en historisk plats som erbjuder fascination över tidens gång" passar även denna här. (Grahm 1991, Berggren-Bärring & Grahm 1995)

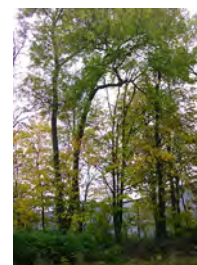
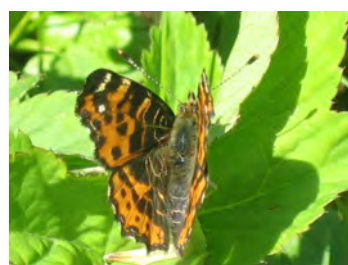


*Lineroträdgårdens skogslika vegetation uppskattas av barnen. Parkkaraktärerna *Det vilda*, *Det artrika* och *Lustgården* passar här. Illustration: Sofia Hjertqvist*



*Den gamla trädgården har en speciell historia. Parkkaraktären *Kulturen* passar här. Illustration: Sofia Hjertqvist*

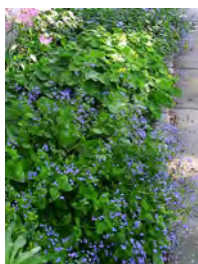
Deltagarna i enkätundersökningen värnar om, och vill upplysa folk om, platsens historia med den gamla 1800-talsgården och gravhögen med anknytning till Vikingatiden. Därför går en historisk slinga, eller *upplevelseslinga*, genom den gamla trädgården. Utmed slingan som är en stig av stenmjöl (för att göra Lineroträdgården fysiskt tillgänglig för alla) finns skyltar med information som guidar besökaren genom historien. Stigen är ganska smal för att inte störa den vilda karaktären, eller barnens lek, alltför mycket och från stigen finns avstickare i form av småstigar som barnen har skapat. Artrikedomen i trädgården är en annan sak som deltagarna i enkätundersökningen är måna om och därför informerar skyltarna längsmed upplevelseslingan även om vilka djur och växter som lever här. Utomhuspedagogiken som pågår i Lineroträdgården, skolklasserna kommer hit för att studera växter och insekter, bör fortsätta eftersom utomhuspedagogik går i linje med folkhälsoarbetet. (Dahlgren & Szcepanski 1997)



Artrikedomen är stor i gamla Lineroträdgården. Foto: Erik Sturesson och Sofia Hjertqvist

Utsiktsplatsen

Vid ingången till Lineroträdgården söderifrån finns en utsiktsplats med sittplatser och upphöjda lök- och perennplanteringar. Många av deltagarna i min enkätundersökning önskar en utsiktsplats som denna. De önskar även perennplanteringar men anser att den befintliga blomstergården både är öde och otrygg. Därför rivs blomstergården och lök och perenner planteras istället på en plats som människor ofta passerar. Hit kommer man lättare och här kan man också titta på människor och njuta av utsikten samtidigt som man tittar och doftar på blommorna. Det är viktigt att man väljer perenner som är tåliga och sköter sig mycket själva. De parkkaraktärer som passar in här är *Det artrika* och *Det rofyllda* och, längre söderut i parken, *Rymd*. (Grahns 1991, Berggren-Bärring & Grahns 1995)



Perenner och god sikt (parkkaraktärerna *Det artrika* samt *Rymd*) önskas i parken. Foto: Sofia Hjertqvist och Erik Sturesson.

Botaniska trädgården

Där det tidigare låg en bygglek och en plaskdamm finns en botanisk trädgård. Här blommar torrängen vackert på sommaren och här finns en kalkäng och fruktträdgård. Men det är inte en vanlig botanisk trädgård där varje växt är skyltad med namn, utan mer en plats där man uppmärksammar människor på de olika biotoper som finns här. Kalkängen har inte tagit sig lika bra som torrängen men det kan ändå vara en idé, tycker Susanna Sonesson på Park- och naturkontoret i Lund, att avvakta och följa den naturliga successionen och att kanske komplettera med lämpliga arter. En rolig idé kan också vara, om Vikingaskolan vill jobba med utomhuspedagogik, att låta eleverna bli involverade i arbetet med den här delen av parken. De skulle kunna plantera olika fruktträd och bärbuskar i fruktträdgården och sedan sköta om växterna med beskärning mm. En del av deltagarna i enkätundersökningen tycker också att andra växtintresserade kan få hålla på med odlingar i den här delen av parken. Parkkaraktären *Lustgården* skulle kunna passa in här. (Sonesson, pers. medd. 2005)

Projektgruppen och även andra deltagare i enkätundersökningen vill ha en damm i parken så därför har jag kollat upp möjligheterna för detta. Efter att ha hört mig för på Va-verket, Park- och naturkontoret och på



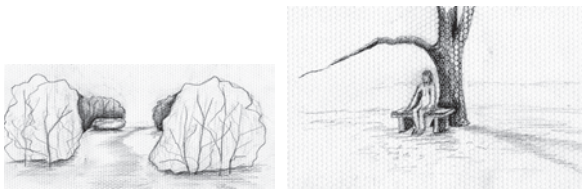
Damm med brygga för rekreation. Foto: Sofia Hjertqvist

Sveriges Geologiska undersökning (SGU) i Lund samt på HP Brunnborrningar i Klippan, har jag kommit fram till att en mindre damm för rekreation, försedd med kommunalt dricksvatten, är den rimligaste lösningen om man vill ha vatten i Tre Högars park. Placeringen av en sådan damm är lämplig intill den lilla sandytan eftersom det tidigare legat en plaskdamm här och det finns vattenledningar att hämta vatten ifrån. En damm försedd med vatten från dagvattenledningar skulle få för små mängder vatten, för ojämna flöden och vattnet skulle dunsta bort snabbt. Sådana "naturliga dammar" kommer senare att finnas öster om parken. Borrning och uppumpning av grundvatten skulle vara alltför kostsamt både i anläggning och i drift. (Brobäck, pers. medd. 2006, Ek, pers. medd. 2006, Jernström, pers. medd. 2006, Larsson, B, pers. medd. 2005, Persson, G, pers. medd. 2006, Persson, T, pers. medd. 2006, Petersson, pers. medd. 2006)

En stig (upplevelseslinga) leder besökaren genom de olika biotoperna. I fruktträdgården kan man smaka på frukt och bär och vid torrängen kan man sitta ned och njuta av blommorna, känna sanden mellan fingrarna eller doppa händer och fötter i dammens vatten. *Det artrika* är den parkkaraktär som bäst passar in här. För stressade människor är det viktigt att kunna komma ifrån andra människor och vara för sig själva i en kravlös natur. Därför finns här också ett avskilt rum, omgivet av träd och buskar, med en stor sten i. Parkkaraktären som passar in här är *Det rofyllda*. Utmed stigen finns sittplatser och skyltar med information. Raka häckar av exempelvis avenbok skär igenom ängarna och ger en speciell karaktär, de visar att det händer något här, att människan har satt sin prägel på platsen. (Grahns 1991, Berggren-Bärring & Grahns 1995)

I botaniska trädgården finns mängder med blommande örter. Parkkaraktären *Det artrika* passar här. Foto: Sofia Hjertqvist





Parkkaraktären Det rofyllda passar i det avskilda rummet i botaniska trädgården. Illustration: Sofia Hjertqvist

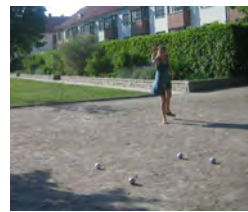
Stora aktivitetsytan

På en central plats i parken, nära Vikingahallen, finns en stor, rund, grusad aktivitetsyta. Norra delen av grusytan omges av sittplatser i slutningen och hela platsen blir därför lite som en amfiteater. Flera av deltagarna i enkätundersökningen vill ha en amfiteater i parken och de ganska stora lutningarna i nord-sydlig riktning ger bra förutsättningar för det här. Jag har tidigare nämnt att fysisk aktivitet och social samvaro är hälsofrämjande faktorer och på den stora aktivitetsytan finns det plats för båda två. Här kan man spela boule, grilla och sitta ner och på vintern, när ytan eller delar av den spolas till is, kan man åka skridskor och spela bandy. Vid arrangemang, såsom valborgsmässofirande, midsommar, skolavslutningar och gudstjänster, blir ytan till en scen att samlas kring. Lyckas man locka hit artister kan man även ha musik- och teaterföreläsningar här. (Gottmark, pers. medd. 2005, Gärdsell, pers. medd. 2005)



Stora aktivitetsytan - en mötesplats för alla. Parkkaraktären Festen passar här. Illustration och foto: Sofia Hjertqvist

Eftersom man kan göra flera olika saker på platsen tror jag att människor i olika åldrar och med olika bakgrund kommer att samlas här, något som många av deltagarna i enkätundersökningen önskar. Träden som idag står här får vara kvar, de ger en viss skuggverkan och gör platsen intressant. Med endast en del buskage intill platsen fås ett visst vindskydd samtidigt som det är lätt att hitta hit. Vill man ha regnskydd kan man söka sig till Vikingahallens kafé som ligger nära. I och med att aktivitetsytan ligger i anslutning till Vikingahallen, dit man kan ta sig med bil eller buss, blir den lätt att nå även för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga. Festen är den parkkaraktär som stämmer bäst överens med den här platsen. (Ekholm, pers. medd. 2005, Grahn 1991, Berggren-Bärring & Grahn 1995)



På stora aktivitetsytan finns plats för både grillning och boule. Foto: Sofia Hjertqvist och Erik Sturesson

Frisbeegolfbanan

Flera av de personer som jag har intervjuat önskar en golfbana, eller åtminstone en golfgreen (där man puttar bollen i hål), i Tre Högars park. För att få upplysningar kring golfgreener och vad de kostar i anläggning och skötsel, kontaktade jag greenkeeper Pär Sturesson på Hofgårds golfbana utanför Varberg. Pär förklarar att en green kräver en speciell uppbyggnad och hög skötsel för att den ska kunna användas på rätt sätt. Gräset på en green behöver t ex klippas tre gånger i veckan under högsäsong (april-okt i Skåne). I och med detta skulle kostnaderna för en green bli väldigt stora. Jag tycker att man kan ifrågasätta om det verkligen finns behov av sådana skötselintensiva ytor i parken, också med tanke på att det ligger en golfbana (Lunds Akademiska Golfklubb) endast ca 2-3 km österut från Linero. (Sturesson pers. medd. 2006)

Ett betydligt billigare alternativ, i såväl anläggning som skötsel, är en frisbeegolfbana. Frisbeegolf är en sport där man både är fysiskt aktiv och kan vara social med andra, vilket främjar människors hälsa. På grund av detta, och att sporten är rolig och utmanande, förekommer frisbeegolfbanor allt oftare i Sverige idag, bl.a. på näridrottsplatser och i parker. Dessutom kan banan vara öppna året om och gratis att spela på. Man kan själv bestämma hur många hål (korgar) banan ska innehålla, utifrån hur stort utrymme det finns. I Tre Högars park är en korthålsbana på 6 hål lagom. Korgarna är placerade så att spelet inte kommer i konflikt med andra verksamheter i parken (lekplatser, vägar, bostäder mm). Banans underlag består av kort till halvkort gräs, i alltför högt gräs blir det jobbigt att hela tiden leta efter frisbeen. Eftersom de spårinsådda ängarna har tagit sig dåligt tror Svante Törnvall på Park- och naturkontoret i Lund att det inte är några problem att ändra klippningen för att underlätta för frisbeegolfspel. Banan är utmanande eftersom parken lutar och därför att det finns träd i grupper eller som solitärer utmed banan. Sen gäller det helt enkelt att ta sig runt banan på så få kast som möjligt. För att banan inte ska vara för lång är varje korg placerad ganska nära nästa håls utkastplats (som kan bestå av två plankor eller packat grus). En anslagstavla med en karta över banan och regler finns i anslutning till det första hålet intill Vikingahallen. (Area46 frisbeegolf 2006, Gärdsell, pers. medd. 2005, Törnvall pers. medd. 2005)



På en frisbeegolfbana utgörs "hålet" av en korg. Foto: Sofia Hjertqvist

Konstgräsplanen

Strax söder om Vikingahallen finns en "Kulanläggning", en konstgräsplan inhägnad av en sarg. En fotbollsplan ville så gott som alla deltagarna i enkätundersökningen ha i parken och konstgräsplanen är bra eftersom den är slitstark och kan användas året runt. Planen är en mycket populär anläggning på flera näridrottsplatser idag och är tänkt att bidra till ökad spontanidrott i människors bostadsmiljöer. En plats som uppmuntrar till fysisk aktivitet är hälsofrämjande och här kan man spela fotboll, basket, volleyboll mm. I och med att planen ligger i anslutning till Vikingahallen, dit man kan ta sig med bil eller buss, blir den lätt att nå även för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga. Dessutom är det bra att placera planen på den grusyta som redan finns söder om Vikingahallen eftersom underarbetet då blir enklare och kostnaderna mindre. Intill anläggningen finns det sittplatser och belysningsmaster och på ena kortsidan finns ett högre plank som man t ex kan använda att bolla emot även på utsidan av planen. (Gärdsell pers. medd. 2005, Nilsson, pers. medd. 2006, Riksidrottsförbundet 2002)



"Kulanläggningar" bidrar ofta till ökad fysisk aktivitet i människors närmiljöer.

Beachvolleyplanen

En annan populär anläggning som uppmuntrar människor till fysisk aktivitet, och därmed bättre hälsa, är beachvolleyplanen. Beachvolleyboll är en rolig sport som passar människor i olika åldrar och beachvolleyplanen är väldigt lättskött. Planen är placerad nära Vikingaskolan för att eleverna ska kunna spela på rasterna och där vegetation kan ge lä och viss skugga åt

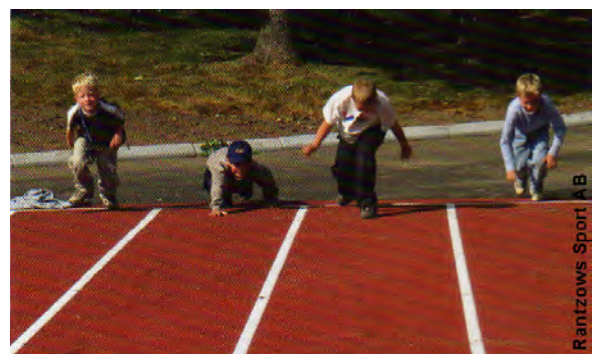
den. Planen har en speciell uppbyggnad för att tåla intensiv belastning och för att vatten lätt ska tränga igenom och dräneras bort. Gräset runt omkring planen hålls kortklippt för att man ska kunna sitta i gräset och se på spelet. (Svenska volleybollförbundet 2006)



Beachvolleyboll är idag en populär sport.

Friidrottsbanan och den befintliga fotbollsplanen

Strax nordost om Vikingahallen finns en friidrottsbana i gummi-asfalt för löpning, längdhopp, höjdhopp och kulstötning. Det är främst Vikingaskolan som har intresse för friidrottsverksamhet i området eftersom de använder det i idrottsundervisningen. Idag används grusytan vid sidan av fotbollsplanen till löpning och längdhopp men Lasse Axner, en av idrottslärarna på Vikingaskolan, anser att den är i stort behov av upprustning. Helst tycker han att man skulle ha en 400-meters bana runt fotbollsplanen men han förstår att en sådan anläggning skulle innebära stora ingrepp i naturen. Läget intill fotbollsplanen är bra, det är nära till skolan och även till Vikingahallen där man kan förvara utrustning. Eftersom det är under idrottslektionerna som barn och ungdomar får stora delar av sin (hälsofrämjande) fysiska aktivitet, är det otroligt viktigt att platser för idrottsaktiviteter finns, såväl inomhus som utomhus. Fotbollsplanen (befintlig) bredvid friidrottsbanan bevaras och rustas upp. (Axner pers. medd. 2006, Gärdsell, pers. medd. 2005)



Klara, färdiga, gå!

Motionsspåret

Ett motionsspår önskar så gott som alla deltagare i enkätundersökningen. Ett spår är så bra, tycker de, eftersom man kan använda det för många olika motionsformer. Det ca 1,5 km långa spåret som går runt i parken erbjuder motionsträning i form av jogging, promenader, crosstraining (löpning och styrketräning i grupp), stavgång, längdskidåkning mm. Spåret är hälsofrämjande för att det uppmuntrar till fysisk aktivitet och motion och till socialt umgänge. Underlaget består av stenmjöl som är tillräckligt mjukt för att inte knän ska ta skada och tillräckligt hårt för att även personer med rörelsesvårigheter ska kunna ta sig fram. Hela spåret är försett med elljus och där spåret går bredvid gång- och cykelvägar delar de båda lederna på belysningen. Ut efter spåret finns skyltar som visar avstånden, det finns en hinderbana och en klättervägg och det finns träningsredskap.



Längsmed motionsspåret finns träningsredskap där man kan träna styrka och smidighet.

Hinderbanan, klätterväggen och träningsredskapen

Hinderbanan är placerad nära Vikingaskolan för att barnen lätt ska kunna komma hit på rasterna. För att de som använder motionsspåret ska få en varierande och rolig träning är hinderbanan också placerad utmed spåret. Här kan alla som vill komma och träna och tävla mot varandra eller bara leka. Vad banan ska innehålla kan man t ex fråga eleverna om, det finns flera olika leverantörer för sådan utrustning. Intill hinderbanan finns en utmanande klättervägg, varpå man tränar både koordination och balans. Söder om konstgräsplanen, utmed motionsspåret, är ett antal träningsredskap placerade direkt i gräset. Med dessa kan man, gammal som ung, träna styrka och smidighet. Jag nämnde i litteraturstudien att om människor ska ändra sina livsstilar och börja träna så behöver de lockas till att ha roligt i aktiviteten. När man använder hinderbanan, klätterväggen eller träningsredskapen tror jag just att drivkraften är att det är roligt. (Gärdsell, pers. medd. 2005, Mattson, pers. medd. 2006)



På klätterväggen tränar man koordination och balans.

Vikingahallen

Inne i Vikingahallen finns idag flera tennisbanor, gym och kafé. Aktiviteterna är populära och varje dag fylls hallen av barn, ungdomar och vuxna som är där för att idrotta. Vikingahallen blir därför en naturlig samlingsplats även för dem som ska idrotta utomhus, på de olika idrottsanläggningarna i parken. Här finns start och mål för motionsspåret, här finns redskap och material till friidrottsverksamheter, beachvolley och boule. Här bokar man tid för spel på frisbeegolfbanan och lånar frisbees. Här finns omklädningsrum, information och cykelparkeringar. Det kafé som finns idag byggs ut och får en uteservering. (Gottmark, pers. medd. 2005)

Kolonilotterna och hundrastgården

Kolonilotterna öster om Östra Linerovägen får vara kvar. Dessa är för närvarande uthyrda till personer runtom i Lund och verksamheten är väl förankrad i parken vilket bidrar till att det är liv och rörelse här. För att inte skymma utsikten för de boende strax norr om lotterna (bostadsrättsförening Nordmannen) och för att låta andra människor än de som har kontrakt på lotterna, få en glimt av verksamheten, öppnas vegetationen upp något. Lite vegetation bör dock finnas kvar eftersom det kan bli rätt högljutt när människor samlas kring sina lotter. Fler sittplatser och god belysning tillförs också platsen. Parkkaraktärer som passar in här är *Det artrika* och *Festen* men kanske även *Det rofyllda* och *Lustgården*. Hundrastgården bevaras men en del av vegetationen kring den tas bort. (Grahns 1991, Berggren-Bärring & Grahns 1995, Hellsten, pers. medd. 2006, Törnvall, pers. medd. 2005)

DISKUSSION

Syftet med mitt examensarbete var att utifrån platsens förutsättningar och inblandade parter önskemål, och med inspiration i litteratur och forskning, göra ett hälsofrämjande gestaltungsförslag av Tre Högars park. Jag tycker att jag har svarat på mitt syfte. Metoden att göra en grundlig inventering och analys av Tre Högars park, att göra en enkätundersökning, samt att finna kunskap och inspiration i litteratur och forskning, har gett mig ett ordentligt och brett underlag för att kunna utforma parken. Skissningen har sedan varit ett viktigt och väl fungerande verktyg för att kunna få ner alla tankar och idéer på papper. I avvägandet mellan olika lösningar och alternativ i gestaltningen har praktiska och tekniska fakta såsom uppgifter om kostnader, förvaltning och skötsel, varit till stor hjälp. Det har dessutom gett mig en inblick i hur saker och ting fungerar i det verkliga livet.

Platsens förutsättningar

Utan en grundlig inventering av den befintliga platsen är det omöjligt att göra ett bra gestaltungsförslag. Tre Högars park erbjuder i många avseenden idealiska förhållanden för hälsofrämjande verksamheter med sin natursköna omgivning och befintliga resurser i form av idrottshall, skola mm. Parken är mycket intressant ur designsynpunkt med sin sluttande mark, uppväxta karaktärsskapande vegetation och sin historia. Men det finns vissa problematiska aspekter av platsen som jag fått arbeta extra med för att utformningen ska fungera som jag önskar.

Parkens stora nivåskillnader har varit ett sådant problem. I och med att parken lutar ganska brant i nord-sydlig riktning är det omöjligt att göra hela parken tillgänglig för alla. För gamla och rörelsehindrade är det svårt att ta sig från Linero centrum och upp i parken. Därför har jag fått fundera en del på hur man på ett så bra sätt som möjligt ändå kan tillgängliggöra delar av parken för personer med nedsatt rörelse- och/eller orienteringsförmåga. Med hjälp av tillgänglighetskonsulten på Lunds kommun samt en konsult på Lunds Handikapp If har jag löst detta genom att se till att parken görs tillgänglig för alla i öst-västlig riktning, kring lekplatsen och Vikingahallen. Personer med rörelsehinder kan ta sig till parkens högsta delar med buss, och fasta och jämna markbeläggningar används i parken.

Ett annat problematiskt område har varit den uppväxta vegetationen som det finns gott om i Tre Högars park och som bidrar till att både tryggheten och orienterbarheten minskar. Jag har tänkt mycket på vad man kan göra åt problemet och har bl.a. föreslagit att man bör gallra i buskplanteringarna längsmed gång- och

cykelvägarna. Men gång- och cykelstråket är långt, planteringarna många och gallringen ett kontinuerligt arbete då vi har att göra med levande material. Därför är det inte möjligt att gallra utmed hela stråket utan man får börja på vissa håll, jag tycker t ex att man ska gallra mellan parken och bebyggelsen vid lekplatsen. Många av de inblandade parterna framhäver hur viktig utsikten över slätten är för området. Men för att kunna skåda slätten krävs ordentliga gallringsåtgärder i vegetationen i sluttningen. Jag tycker att man till att börja med ska hålla ängsytan i sluttningens mitt öppen så att man får en fin utsikt söderut över parken.

Inblandade parter önskemål

För att kunna göra ett bra gestaltungsförslag till Tre Högars park krävs, förutom en inventering, att man lyssnar till vad inblandade parter önskar och förväntar sig av parken. Metoden att göra en enkätundersökning med representanter från olika föreningar och förvaltningar har fungerat bra. Det har varit lärorikt och intressant att höra de olika tankarna och önskemålen om parken, på flera punkter har många av de intervjuade varit överens. Men det har också bidragit till svårigheter i gestaltningen då det också funnits skiljaktigheter i önskemålen.

Motsättningarna mellan projektgruppen och kommunen (Park- och naturkontoret och Stadsbyggnadskontoret) har varit särskilt tydliga. Projektgruppen har stora visioner för området och vill satsa både på utemiljön i parken och på byggnader i form av en ny idrottshall, ett rehabiliteringscenter mm. Kommunen är mer tillbakahållen. Visst vill de ha förändringar men dels finns det inte mycket pengar att lägga på en ökad skötsel och dels gjordes satsningar i parken i och med parkförnyelsen 1998-2001 och de menar att de åtgärderna skulle gå förlorade om man nu gör om parken igen. Kommunen tror dessutom att alltför stora ingrepp skulle ha dålig inverkan på den biologiska mångfalden i parken. (Gertsson, pers. medd. 2005, Gottmark, pers. medd. 2005, Törnvall, pers. medd. 2005)

Andra skiljaktigheter i önskemålen har gällt gamla Lineroträdgården. Projektgruppen vill ha en botanisk trädgård med uteservering här. Många andra som jag intervjuat vill dock att Lineroträdgården ska förbli den tätbevuxna dunge den är idag så att barnen kan fortsätta med sina spontana lekar. Eftersom det finns så många barn i området (både som bor och går i skolan, på fritids och dagis här) och eftersom Lineroträdgården är den del av parken som idag används flitigast (till just lekar och utflykter) så har jag kommit fram till det vore synd att göra den till de vuxnas tillhåll. Visserligen gör den nya stigen genom dungen att även vuxna kommer vistas här men den kommer först och främst förbli barnens plats. (Gottmark, pers. medd. 2005)

Kring kolonilotterna har det också rätt delade meningar. Det finns ett stort intresse för kolonilotterna, nästan alla är för tillfället uthyrda. Att lotterna är placerade på parkmark bidrar, enligt många jag frågat, bara till att det är liv och rörelse i parken, något som Tre Högars park behöver. På bostadsrättsföreningen Nordmannen vill man dock ha bort kolonilotterna, man anser att de boende norr om lotterna störs mycket av sophögar, musik och högljutt prat som en följd av verksamheten. Dessutom skymmer planteringarna av träd och buskar kring lotterna den vackra utsikten över sädesfälten samt ryttarna på stigen nedanför. Jag har kommit fram till att verksamheten är så värdefull för området och parken att de får vara kvar. Däremot tycker jag att platsen kan göras om något så att den känns välkomnande även för dem som inte har någon lott. (Hellsten, pers. medd. 2006, Törnvall, pers. medd. 2005)

När det gäller hundrastgården tycker projektgruppen att den kan tas bort och ge plats åt annat. På Park- och naturkontoret tror man dock att det skulle bli stora rabalder bland hundägarna om den skulle försvinna. Att flytta den tror de inte heller är bra, i och med utbyggnaderna som planeras österut är det just här hundrastgården behövs. Jag har efter en del funderingar bestämt mig för att hundrastgården får vara kvar. (Gottmark, pers. medd. 2005, Törnvall, pers. medd. 2005)

Inspiration

För att kunna gestalta Tre Högars park utifrån ett hälsofrämjande perspektiv har det varit nödvändigt att söka kunskap och inspiration i litteratur och forskning. För att människor ska kunna bibehålla en god hälsa krävs det att jag som landskapsarkitekt vet vilka de hälsofrämjande faktorerna är och hur man genom en viss utformning kan erbjuda dessa i människors utemiljöer. Men begreppet hälsa definieras på olika sätt av olika människor beroende av hur gammal, ung, frisk eller sjuk man är. För vissa är den idrottsliga aktiviteten lika med god hälsa medan andra ser själva vistelsen i naturen och den friska luften som hälsofrämjande. Det finns de som inte vill syssla med idrott och de som helt enkelt inte kan. För somliga är besöket i parken en chans till sociala möten och interaktioner med andra människor, medan det för andra betyder en möjlighet till att vara för sig själv i en kravlös miljö. Detta är något som jag tänkt mycket på i utformningen av parken och därför har jag försökt skapa en så variationsrik park som möjligt med platser som har olika karaktärer och användningssätt. Jag har t ex försökt få så många av de åtta parkkaraktärerna, som tagits fram efter studier på SLU Alnarp, att passa in i parken. Inspiration till olika idrottsanläggningar har jag även fått genom mitt studiebesök på näridrottsplatsen *Backa Röd* i Göteborg.

Tankar kring alternativa lösningar

Jag tror att man kan lyckas omvandla Tre Högars park till en hälsopark utan att behöva göra jättestora förändringar i parkens gång- och cykelsystem. Eftersom systemet fungerar bra idag ser jag inget motiv till att anlägga en massa nya vägar. Ska man ändå göra det tycker jag att det krävs goda argument för detta. Ett motiv skulle t ex kunna vara att man, genom nya vägar, bättre skulle kunna integrera lekplatsen och botaniska trädgården i parken. Men samtidigt får man inte glömma att människor vill gå den kortaste vägen. Jag har därför, på andra sätt, bundit samman dessa delar med övriga parken (genom stigar och motionsspår).

En sak som jag funderat mycket kring är placeringarna av de olika idrottsanläggningarna. Jag har valt att sprida ut aktiviteterna i parken, dels för att skoleleverna ska kunna utnyttja dem på rasterna och dels för att det ger liv och rörelse åt hela parken. Risken med att sprida ut aktiviteterna är dock att det kanske inte finns någon plats för dem som vill ha naturupplevelser och lugn och ro och som vill komma ifrån andra människor. Skulle man samla alla aktiviteter på en plats, låt säga kring Vikingahallen, så kan man ju välja att delta i dessa eller att röra sig på andra håll i parken. Tre Högars park är dock så pass stor att jag tror att alla människor kan finna sin plats ändå. Jag tror att det är viktigt att fråga användarna om var i parken de vill ha olika aktiviteter, skoleleverna vet ju bäst själva hur långt de orkar gå till en aktivitet på rasten. Sen är det också viktigt att fråga användarna vad för sorts anläggningar de vill ha så att utrustningen hamnar på rätt nivå för dem. Är t ex skateboardintresse begränsat i området kanske det räcker med "nybörjar-ramp".

En annan aspekt att ta hänsyn till är oljud. Både streetbasket och skateboard är högljudda aktiviteter och kan störa de boende om de utförs för nära bostäderna. Därför har jag funderat på om lekplatsen är den rätta platsen för dessa anläggningar, eller om de ska ligga närmare skolan och längre ifrån hus där folk bor. Detta är något man kan fråga de boende om.

Nästa steg

I mitt arbete har jag valt att vända mig till människor som sitter i någon form av förening, styrelse eller liknande och som direkt eller indirekt har med Tre Högars park att göra. Jag har under arbetets gång kommit fram till att för att kunna förbättra Tre Högars park så bra som möjligt behöver även boende, skolelever och andra av parkens användare blandas in i processen. Det är de som bor, arbetar eller går i skola nära parken och som regelbundet vistas i den, som har störst insikt i vad som behöver förbättras. Får dessa människor vara med och påverka gestaltningen av Tre Högars park är jag säker på att resultatet kommer att bli lyckat. Samtidigt

får de känna stolthet och glädje över att ha fått vara med och bestämma över sin närmiljö vilket gör dem måna om att sköta om den.

Istället för att göra flera gestaltungsförslag har jag valt att göra ett, utifrån vilket jag har diskuterat olika alternativa lösningar. Det här är alltså inget definitivt förslag utan ett förslag som är tänkt att öppna upp för vidare diskussion. Jag har presenterat det för projektgruppen och de kommer att använda det som ett underlag när de går vidare i processen. Jag hoppas att de visar upp förslaget för parkens användare och att de tillsammans kan komma fram till vilka anläggningar, och vilka placeringar av dessa, som är lämpligast i parken.

REFERENSLISTA

Tryckta källor

Abramsson, Karin & Tenngart, Carina (2003). *Grön Rehabilitering. Behov, förutsättningar och möjligheter för en grön rehabiliteringsmodell*. Växjö; LRF Sydost, sid. 7-24.

Antonovsky, Aaron (1991). *Hälsans mysterium*, Natur och Kultur, Stockholm.

Berggren-Bärring, Ann-Margreth & Grahn, Patrik (1995). *Grönstrukturens betydelse för användningen. En jämförande studie av hur människor i barnstugor, skolor, föreningar, vårdinstitutioners m fl organisationer utnyttjar tre städers utbud. Landskapsplanering Rapport 95:3, Alnarp.*

Cooper Marcus, Clare & Barnes, Marni (1999). *Healing gardens. Therapeutic benefits and design recommendations*. Kapitel 1-3.

Dahlgren, L.O. & Szcsepanski, A (1997). *Utomhuspedagogik – boklig bildning och sinnlig erfarenhet. Skapande Vetande Linköpings universitet*, nr 31.

Economou, Michael & Jørgensen, Matz (1999). *Gastelyckan och dess omgivning. Från stenåldersboplatser till modern utvecklingsmiljö. En kort historik*. Tryckericentralen, Lund, sid. 7-8.

Grahn, Patrik (1991). *Om parkers betydelse. Stad & Land 93*. Movium/Institutionen för landskapsplanering, SLU Alnarp.

Grahn, Patrik (1999). *Om helande trädgårdar, Svensk Rehabilitering*, 3:99, sid. 26-28.

Hedfors, P & Grahn, P (1998). *Soundscapes in urban and rural planning and design. Yearbook of Soundscape Studies 1*, sid. 67-82.

Kamp, David (1996). *Design Considerations for the Development of Therapeutic Gardens. Journal of Therapeutic Horticulture*, Vol. VIII:1996, sid. 6-10.

Küller, Rickard & Küller, Marianne, (1994). *Stadens grönska, äldres utevistelse och hälsa, Byggforskningsrådet R24:1994*, Stockholm, sid. 10.

Lugi Tennisförening (2004). *Motions- och Rehabcentrum. Ett förslag till utvecklingsprojekt i tre steg i Lunds Östra stadsdel*. Arbetsexemplar, Lund, december 2004, sid. 1-15.

Månsson, K (1999). *Bygg för alla*. Svensk Byggtjänst, Stockholm, sid. 14-45.

Ottosson, Johan & Grahn, Patrik (1998). *Utemiljöns betydelse för äldre med stort vårdbehov. Med ögon känsliga för grönt, Stad & Land 155:1998, Alnarp*, sid. 12-14.

Projektet "Linero förr och nu – från jordbruksbygd till tätort". Dokument av en utställning på Linero bibliotek 1989, gjord av Linero Planeringsgrupp.

Material ur:

-Alin, Margareta (1970). *Stora Råby. En bebyggelsehistorisk undersökning*. Lund.

-Blomqvist, Ragnar (1951). *Lunds Historia, del I: Medeltiden*. Lund.

-Grahn, Patrik (1986). *Grönplanering för människor*. Alnarp.

- *Stora Råby socken: några anteckningar ur dess historia*. Utgiven av Anders Ohlsson. Lund 1954.

Riksidrottsförbundet (2002). *Näridrottsplats – för fysisk aktivitet i boendemiljön*. Sisu Idrottsböcker, Halmstad 2002, sid. 1-43.

Sjöblad, Christina (1980). *Hur Linerogården revs. Sydsvenska dagbladet*, 2/7 1980.

Socialdepartementet (2000). *Hälsa på lika villkor, nationella mål för folkhälsan, SOU 2000:91, Slutbetänkande av Nationella folkhälsokommittén*, Stockholm.

Socialdepartementet (2002). *Handlingsplan för ökad hälsa i arbetslivet, SOU, Proposition 2002/03:35, Slutbetänkande av Utredningen om handlingsplan för ökad hälsa i arbetslivet*, Stockholm, sid. 61.

Sonesson, Susanna (2000). *Tre Högars park. Måldokument. En utvecklingsplan för Tre Högars park inom projektet parkförnyelse*. Lunds Tekniska förvaltning, Park- och Naturkontoret, Lund 2000-02-18, sid. 3-40.

Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen, Lunds kommun (2005). *Grönstruktur- och naturvårdsprogram för Lunds kommun – bevarande och utveckling*, rev. förslag 2005-08-16, A – programdel, sid. 60-68.

Stadsbyggnadskontoret och Tekniska förvaltningen, Lunds kommun (2005). *Grönstruktur- och naturvårdsprogram för Lunds kommun – bevarande och utveckling*, rev. förslag 2005-08-16, B – underlagsdel, sid. 451-457.

Stigsdotter, Ulrika A. & Grahn, Patrik (2002). *What makes a garden a healing garden? Journal of Therapeutic Horticulture*, Vol. XIII:2002, sid. 60-69.

Stigsdotter, Ulrika A. & Grahn, Patrik (2003). *Experiencing a Garden: A Healing Garden for People Suffering from Burnout Diseases. Journal of Therapeutic Horticulture*, Vol. 14, sid. 38-49.

Trost, Jan (2001). *Enkätboken*. Andra upplagan, Lund, sid. 70-76.

Ulrich, Roger. S. (2002). *Communicating with the Healthcare Community, in Interacting by Design. Bringing People and Plants Together for Health and Well-being*. Shoemaker CA (ed), sid. 19-32.

VPK Lund (1987). *Lund sett från vänster*. Tryckt hos Acu-press, Lund, sid. 17-21.

Welch, Polly (ed) 1995. "What is Universal Design?" in *Strategies for Teaching Universal Design*. Adaptive Environments Centre, Boston, sid. 1-4.

Elektroniska källor

Almén, Maj (1997). *Tillgänglighetskonsult – ett nytt yrke*. Artikel nr. 3.
<<http://www.handikappkunskap.se>> (2005-12-05)

Area46 frisbeegolf.
<<http://www.algonet.se/~area46>> (2006-02-01)

Centrum för utvärderingsforskning, UCER. Umeå universitet.
<<http://www.ucer.umu.se>> (2005-12-05)

Nilsson, Kenneth, Idrotts- och föreningsförvaltningen, Göteborgs kommun.
<<http://www.ioff.goteborg.se>> (2005-11-16)

Nordisk forskningskonferens kring "Health Promotion" (1998).
<<http://www.salut.htu.se>> (2005-12-01)

Rantzows Sport, PulsArena.
<<http://www.rantzows.se>> (2005-12-07)

Riksidrottsförbundet.
<<http://www.rf.se>> (2006-01-17)

Statens folkhälsoinstitut.
<<http://www.fhi.se>> (2005-12-02)

Svenska Multiparker.
<<http://www.multipark.se>> (2005-12-07)

Svenska volleybollförbundet.
<<http://www.volleyboll.se>> (2006-02-01)

Tillgänglighet Umeå kommun.
<<http://www.umea.se>> (2006-03-23)

Otryckta källor

Andersson, Bengt-Inge. Slottsbro park och lekutrustning AB i Slottsbron. Kontakt via e-post i januari 2006.

Angel, Anders. Fritidsledare på Vikingaskolan, Lund. Intervju 2005-10-27 samt telefonintervju i december 2005.

Axner, Lasse. Idrottslärare högstadiet Vikingaskolan i Lund. Telefonintervju 2006-01-27.

Bergström, Cecilia. Stadsarkitekt på Stadsbyggnadskontoret, Lund. Telefonintervju 2005-11-24.

Brobäck, Lars. Parkförvaltningen, Tekniska kontoret i Lund. Telefonintervju i januari 2006.

Ek, Magnus. VA-verket Lund. Telefonintervju i januari 2006.

Ekholm, Magnus. Konsulent på Lunds Handikapp If i Lund. Intervju 2005-10-27 samt telefonintervju i december 2005.

Gerdsson, Lena. Stadsbyggnadskontoret i Lund. Intervju 2005-10-26, telefonintervju i december samt kontakt via e-post i januari 2006.

Gottmark, Hans. Lugi Tennisförening, Lund. Intervju 2005-10-24 samt kontakt via telefon och e-post under arbetets gång.

Gärdsell, Per. Läkare och grundare av Bunkeflomodellen (AB Hälsa+Kunskap). Seminarium 2005-11-10, Göteborg, med hänvisning till boken *Instruktionsboken till livet, en inspirationsbok*, av Björn Bejram, utgiven av Hälsa + Kunskap, Bunkeflomodellen 2004.

Hellsten, Ilone. Vicevärd Bostadsrättsföreningen Nordmannen i Lund. Kontakt via e-post 2006.

Jernström, Tony. HP Borringar AB, i Klippan. Telefonintervju i januari 2006.

Johansson, Jan-Erik. Tillgänglighetskonsult på Lunds kommun. Telefonintervju i december 2005 samt kontakt via e-post.

Larsson, Bertil. VA-verket i Lund. Telefonintervju i december 2005.

Larsson, Caroline. Gatukontoret i Malmö. Kontakt via e-post i december 2005.

Mattson, Rikard. Hags Aneby AB. Kontakt via e-post 2006.

Nilsson, Kenneth. Idrotts- och föreningsförvaltningen i Göteborg. Möte 2006-01-24.

Persson, Göran. HP Borringar AB i Klippan. Telefonintervju i januari 2006.

Persson, Torbjörn. SGU i Lund. Telefonintervju i januari 2006.

Petersson, Michael. VA-verket i Lund. Telefonintervju i januari 2006.

Sonesson, Susanna. Parkförvaltningen, Tekniska kontoret i Lund. Telefonintervju samt kontakt via e-post i december 2005.

Sturesson, Pär. Greenkeeper på Hofgårds Golfklubb utanför Varberg. Intervju 2006-01-25.

Törnvall, Svante. Landskapsarkitekt på Park- och naturkontoret, Lund. Intervju 2005-10-25, telefonintervjuer samt kontakt via e-post i december 2005 och januari 2006.

Enkäten och enkätsvaren

I de inledande frågorna (1-5) har jag utifrån deltagarnas svar bildat olika svarsalternativ så att något av svaren passar alla. Siffrorna i högerkolumnen står för antalet personer. För varje övrig fråga (6-11) har jag klustrat ihop de vanligaste svaren och fått fram den sammanställning som följer nedan. Genom att dela in de svarande i grupper utifrån den yrkeskategori de representerar har jag fått fram skillnader i svaren.

1. Vem är du? (Namn, ålder, yrke)

Totalt antal personer som tillfrågades:	23
Antal som inte har velat delta:	2
Antal kvinnor (av de 21 svarande):	5
Antal män (av de 21 svarande):	16

Ungefärlig ålder:

18-25	0
26-35	1
36-45	3
46-55	6
56-65	9
66-75	2

Yrke/förening och kontakt:

1. Bostadsrättsförening Valdemar, *ville inte delta*
2. Bostadsrättsförening Runristaren, *ville inte delta*
3. Bostadsrättsförening Nordmannen, *styrelseledamot Ingvar Persson*
4. Bostadsrättsförening Tre Högar, *vice ordförande i styrelsen Eva Linnér*
5. Bostadsrättsförening Linero (Kämpagränden), *vicevärd Bengt Andersson*
6. LKF (kommunala bostadsbolaget), *marknadschef Per-Olof Järvegren*
7. Lokala hyresgästföreningen, *Kerstin Sikö*
8. Pysslingförskolan Snorre, *Eva Wagner*
9. Vikingaskolan (låg, mellan och högstadiet), *rektor Nils-Börje Friberg*
10. Fritidsgård, *fritidsansvarig på Linero Anders angel*
11. Föräldraföreningen Linero, *fyra representanter genom Michael Hägglin*
12. Intresseförening för äldreboendet Thulehem, *ordförande Lars Munck*
13. Friskis & sveltis, *Anette Henningsson*
14. Region Skåne, *Folkhälsoenheten Lars Edgren*
15. Sankt Knuts kyrka, *präst Per Torell*
16. Arkitekt, *Per-Olof Kippel*
17. Lunds Handikapp If, *konsulent Magnus Ekholm*
18. Linero If, *universitetslektor Erwin Apitzsch*
19. Kultur & Fritid, Lunds kommun, *idrottschef Berne Nilsson*
20. Vårdcentralen Linero/Östra Torn, *verksamhetschef och distriktsläkare Lars-Erik Wåhlin*
21. Stadsbyggnadskontoret, Lunds kommun, *landskapsarkitekt Lena Gerdtsson*
22. Park- och naturkontoret, Lunds kommun, *landskapsarkitekt Svante Törnvall*
23. Lugi Tennisförening, *ordförande Hans Gottmark*

2. Hur använder du parken idag?

a. som privatperson	2
b. i tjänsten/min förening använder den	3
c. både som privatperson och i tjänsten/min förening använder den	8
d. använder den inte	7
e. använder den inte själv men min förening använder den	1

3. När är du i parken och vad gör du där?

a. jag är aldrig i parken	6
b. har varit där någon/några enstaka gånger	2
c. någon gång/år, t ex vid speciella tillställningar som Valborgsmässofirande	2

- d. passerar ibland igenom parken på väg någonstans 4
e. jag och/eller min förening använder parken för fys. och/eller social aktivitet 7

4. Hur vill du kunna använda den?

- a. har inget personligt behov av att använda den 10
b. som en stadsdelspark med en speciell attraktion 1
c. som en stadsdelspark till både arrangerade och spontana, fysiska och sociala, aktiviteter för mig och/eller min förening 10

5. Hur vill du förändra den för att den ska kunna svara mot dina behov och önskningar?

- a. har inget personligt behov av förändringar 11
b. förändra den utifrån äldres behov 1
c. skapa platser/förutsättningar för fysiska och sociala aktiviteter 5
d. tillföra parken någon speciell attraktion/dragplåster 1
e. öka skötseln i parken så att den blir mer användbar 3

6. Vilka är parkens kvaliteter idag?

– Är det något som är negativt idag?

Kvaliteter:

- fin natur och rejäl växtlighet
- stora öppna gräsytor till spontana aktiviteter
- gamla Lineroträdgården med sin vilda karaktär, höga träd, biologiska mångfald, gravhögen
- den vackra utsikten
- bra läge (central plats i området), goda förutsättningar/potential
- blomstergården, trots att den sköts för dåligt
- nivåskillnaderna
- sammanhängande parkmark, sammanhängande stråk
- grön länk till områden österut

Brister:

- ful, tråkig, dåligt rykte, opersonlig
- alltför igenväxt vilket stör utsikten och gör parken mörk och otrygg
- alltför dålig skötsel, nedskräpning
- kuperad och brant, svårt för gamla och fysiskt handikappade
- inga naturliga stråk/rörelsemönster
- dåligt utnyttjad av folk
- alltför dålig belysning
- blomstergården fungerar dåligt, avenbokhäcken skärmar av den från resten av parken
- ogenomtänkt, ostrukturerad och oorganiserad, övergripande idé för vad parken saknas
- dålig kontakt mellan parken och bostäderna i omgivningen
- parken saknar någon speciell attraktion/dragplåster, parken lockar inte
- parken saknar naturliga entréer för besökare utifrån vilket gör den svår att hitta

7. Vilka kan bli parkens kvaliteter i framtiden?

– Är det något i parken som kan bli bättre?

- både planerade och orörda platser för såväl organiserade som spontana aktiviteter
- platser för social gemenskap t ex servering, mötesplatser
- aktiviteter/platser som främjar hälsa t ex hälsans stig
- högre skötsel t ex klippa gräsmattorna oftare, städa undan skräp
- tryggare park genom gallring av vegetationen samt mer och bättre belysning
- ökad tillgänglighet
- bättre användning av parken för Vikingaskolan t ex ha fler idrottslektioner där
- aktiviteter för de äldre; boule, träningsredskap mm
- öppna upp på vissa platser för att få en attraktiv utsiktspark
- dragplåster/speciell attraktion som lockar människor till parken
- skyltning och landmärken för att man ska förstå och hitta i parken

- skyltning för att informera folk om parkens historia, biologiska mångfald mm
- identifiera/tydliggöra parkens början och slut
- strukturera upp parken, tänka in grönytor och byggnader i en helhet, inte utesluta något
- skapa en visuell kontakt med omgivande bebyggelse genom att satsa på träd- och fältskikt och ta bort buskskikt

8. Det finns idag ett allt ökande behov av vardaglig fysisk aktivitet. Kan detta behov tillfredsställas bättre i parken? Motivera!

De flesta svaranden är överens om att detta behov kan tillfredsställas bättre i parken men de har olika idéer om hur. Förslag på olika aktiviteter: bad, golfbana, äventyrsslinga för barn, bollplank, fotbollsplan, en motions slinga med mjukt underlag, elljus och utmärkta avstånd, basket, träningsredskap, boule, utomhusgymnastik, crosstraining (löpning och styrketräning i grupp), yoga, stavgång, bollsporter, gång, löpning, hälsans stig mm.

Övrigt:

- platser för både spontana och organiserade aktiviteter
- marknadsförning och en morot för att locka folk till rörelse
- lättillgängliggöra parken så att fler kan röra sig i den
- behålla stora öppna ytor
- är parken attraktiv och trygg kommer folk dit och rör på sig
- det behövs en operatör, t ex idrottsförening, som driver aktiviteter
- det måste finnas olika erbjudanden, att kunna göra olika saker
- skapa en närvidrottsplats som lyfter Linero och blir föredöme för övriga Lund
- flytta ut friskvården i parken på våren och sommaren
- göra idrottsplatserna mer spännande och attraktiva

9. Folkhälsan har många aspekter. Förutom behovet av fysisk aktivitet har människan ett starkt behov av att känna social gemenskap med andra. Dessutom behöver vi emellanåt vila och återhämtning. Hur kan parken, utifrån dessa aspekter, förändras så att vi människor bättre bibehåller en god hälsa?

De flesta av de svarande menar att många fysiska aktiviteter också är sociala och återhämtande och som exempel på sådana aktiviteter nämns t ex klättervägg, boule, stavgång, basket och fotboll. Men alla människor kan, eller vill, inte vara fysiskt aktiva. Därför behövs även andra platser/förutsättningar för sociala möten och för vila och återhämtning. Eftersom människor mår bra av så olika saker är mångsidigheten i parken otroligt viktig.

Socialt och återhämtande:

- fler sittmöjligheter och varierande sittplatser t ex bänkar med bord, sittgrupp med skärmtak
- skapa mötesplatser med visionerna “för alla åldrar” och att integrera olika människor
- kafé/servering, grillplats
- promenader, hälsans stig, upplevelsestig
- samlingsplats för att njuta av utsikten
- botanisk trädgård med odling för växtintresserade och för skolan
- att föreningar (teater, musik, kultur) ordnar verksamheter och underhållning
- kubb och boule
- mötesplatser i anslutning till lekplatser, blomplanteringar mm
- verksamheter och underhållning under dagtid så att folk ser att det händer något
- kultur-, fritid- och idrottsevenemang för att Lineroborna ska känna stolthet över sin stadsdelspark
- platser med flera användningssätt; motionera, stanna och prata mm
- olika platser för olika behov; små/avskilda och stora/öppna platser
- amfiteater, sång och spel
- det måste bli mer naturligt/en mening med att träffas i parken

10. Hur upplevs parken idag utifrån trygghetssynpunkt? Är den trygg och säker eller otrygg och osäker? Behöver någonting förbättras?

Så gott som alla svarande upplever den nuvarande parken som otrygg och mörk. Orsaken är, enligt de flesta, att parken är så igenväxt att sikten genom parken och ut i omgivningen är minimal. Dessutom fungerar belysningen dåligt i parken. Andra faktorer som bidrar till otryggheten är att så få människor rör sig i parken, att man inte känner sig sedd (byggnader och dess fönster är skymda av vegetation), att man har svårt att orientera sig i parken, låg skötsel samt vandalism.

Exempel på förbättringar:

- gallra i vegetationen så att parken blir luftigare och öppnare
- gallra främst i buskbestånden, trädstammar ger bättre sikt
- gallrar man för mycket uppstår en motsättning mellan trygghet och biologisk mångfald, så man skulle kunna identifiera vissa platser där man gallrar mer (där folk rör sig, t ex gångstråk) och låta andra platser lämnas täta och låta dem bli surrogat för natur med stor biologisk mångfald
- belysningen på de huvudsakliga stråken måste bli bättre, man behöver utöka antalet gatlyktor samt gallra i vegetationen i anslutning till befintlig belysning
- satsa på att ljussätta vissa platser utöver vägbelysningen t ex grillplats, sittgrupp
- blir parken mer attraktiv och innehållsrik på aktiviteter och evenemang såväl dag som kvällstid kommer fler människor att vara i rörelse i parken och den kommer att bli tryggare
- en välkött och fin park tar man hand om är stolt över och den upplevs som trygg, en misskött och tråkig park vandaliseras och upplevs som otrygg
- parken måste bli mer lättorienterad
- kontakten med omgivande bostäder måste öka

11. Kan de förslag på åtgärder och förbättringar av parken som ni tagit upp i frågorna 4-10 tillämpas av personer med nedsatt rörelse- och orienteringsförmåga? Parken ska vara tillgänglig och användbar för alla människor (barn, gamla, handikappade m.fl.). Hur kan den göras mer framkomlig och orienteringsmöjlig så att alla människor kan nyttja parkens nuvarande och framtida kvaliteter?

Tre Högars park är på vissa håll ganska brant och de flesta svarande är överens om att detta utgör ett problem för gamla och för fysiskt handikappade. Dessutom är parken svårorienterad. Att parken ska vara tillgänglig för alla människor ser de flesta svarande som ett måste, men om inte *hela* parken kan göras tillgänglig för alla så ska alla människor i alla fall kunna använda *någon del* av parken.

Exempel på förbättringar:

- det behövs alternativa vägar och alternativa platser i parken
- där vägen är brant behövs det många bänkar att vila på (och kanske “slalomvägar”)
- det är viktigt att man sköter gångvägar för människor i rullstol, ta bort grenar, glas mm
- ha orienteringspunkter t ex höga träd och skulpturer av betong
- man skulle kunna ordna alternativa vägar in i parken t ex bussar från äldreboende mm
- sätta upp skyltar (kartor) som talar om var man är och var de olika platserna finns
- det ska finnas någon slags logik i allt, man ska kunna “orientera sig utan karta”
- man kan satsa på att hålla handikappanpassade lutningar i öst-västlig riktning och t ex göra en rullstolsled
- man skulle kunna plana ut marken i anslutning till Vikingahallen
- man kan göra en anlagd väg genom Lineroträdgården så att den blir mer tillgänglig för alla
- lekplatsen skulle kunna ses över och göras med tillgänglig
- aktiviteter som även passar personer med nedsatt rörelse- och orienteringsförmåga t ex boule och bågskytte